





یادبودالهیست

**نگاه حاکمیتی به حل بحران آب**
تقریباً از دو دهه پیش بسیاری از کارشناسان و دلسوزان کشور هشدار داده بودند که آب بحران آب را جدی نگیریم در آینده باید با مسائل بحرانی دست و پنجه نرم کنیم که تنها بعد از زیست‌محیطی با اقتصادی و با توسعه‌ای ندارند بلکه ابعاد انبساطی و اجتماعی آن مهم‌تر خواهد بود. در تمام این سالها گفته‌اند و گفته‌ام که مساله آب در کشور زایل‌بند نگاه به مراتب کلان‌تری و وظایف یک یا دو وزارتخانه است و حتما باید مدیریت بر منابع آب و مقابله با کمبود آن، در سطح حاکمیت متولی قدرتمندی پیدا کند که هر کسی را یاری دست‌اندازی و با مقاومت و یا نادیده گرفتن الزامات و قوانین و مصوبات مرتبط با آن نباشد.

اما در هر دولت و در هر برهه و پروژه در دولت گذشته شامد بی توجهی به این مهم بوده‌ایم و با نادیده گرفتن اهمیت مساله بر دامنه بحران افزوده‌ایم. نتیجه این بی توجهی اعتراضات استی است که در گوشه و کنار کشور، به ویژه در فلات مرکزی ایران اعتراض مردم صورت می‌گیرد و جدای از اثرات اقتصادی و اجتماعی که سبب و کار صدها هزار نفر از مردم این مناطق بالای گذشته حال می‌رود تا ابعاد انبساطیتی پیدا کنند و گاهی زمزمه‌های خطرناکتری هم به گوش می‌رسد که فراتر از اخبار تلخی است که از خبر یا شایعه‌ی چندین بار تخریب خط لوله آب یزد توسط عدای از اصفهانها می‌شنوم ...

منتها پیش استعفاي دسته جمعی نمایندگان استان اصفهان خرساز شد. درخواست استیفا این بود که وقتی رئیس‌جمهور بودجه کلانی برای احیای دریاچه ارومیه اختصاص داده است چرا به قول خود دایر بر جاری شدن زندگی در زاینده‌رود که هویت اصفهان دایر وابسته است عمل نمی‌کند و نمایندگان این منظر این اختصاص را بعد ۲۵ نماینده اصفهان در جلسات مجلس حاضر نشدند و نامای هم خطاب به آقای روحانی نوشتند که پرو عده بهمان ۳۳ شصا مبنی بر احیای زاینده‌رود خواص است دستور فرماید باز ابعاد اعمال رویکرد یکپارچه در مدیریت رودخانه زاینده‌رود ارائه راهکارهای مناسب تشکیل ستاد احیاء رودخانه با اختیارات ۳۸ قانون اساسی به ریاست معاون اول و ساختار سازمانی مناسب(ساختار احیای دریاچه ارومیه) موضوع تصویب نامه هیئت وزیران در تاریخ‌های ۱۳۷۲/۱۲/۵ و ۹۲/۱۱/۲۷ در هیئت دولت تصویب شود.

این نامه به درخواست نمایندگان استعفی به توسط دکتر لاریجانی رئیس مجلس به رئیس‌جمهور تحویل شد و ایشان نیز به دکتر جهانگیری در پی نوشت نامه‌نمایندهگان اصفهان در واقع دستور دادند که با توجه به اهمیت بودجه‌ای به این منظر این اختصاص را پیش آری آنها و مشکلاتی پیشینداد نمایندگان محترم استان اصفهان بررسی و در دولت مطرح گردد.

بعد از طی شدن این روند نمایندگان استان در جلسه اخیر مجلس حاضر شدند اما اعلام کردند که البته هنوز اختیارات خود را پس نگرفته‌اند و منتظر اقدامات عدلی در این باره هستند.

این استعفا و نامه‌نگاری و پی نوشت و حضور نمایندگان در صحن پایان ماجرا نبود. نمایندگان چند استان که تحت تأثیر آب و آنچه که بر سر آن می‌اد هستند گوی احساس خطر کرده‌اند که حل مشکل آب زاینده‌رود ممکن است به بهای ایجاد محدودیت بیشتر آبی برای آنها و منطقه و مردم آن صورت گیرد. لذا از همین حالت دست به کار شده و نمایندگان چهار استان خوزستان، چهارمحال و بختیاری، کهگیلویه و بویراحمد و لرستان نیز در رئیس‌جمهور اخطار دادند که هر تصمیمی که در خصوص شدد آب موجب ایجاد مشکلی برای سبعم آب این مناطق شود آنها یکبار نمی‌شنینند. از فتوای کلام این عزیزان می‌شد فهمید که اگر از سهم آنها کم شود آنها هم دسته جمعی استعفا خواهند داد.

نگفته پیداست که چنین استعفاهای مردم فشاری است تا دولت وادار به توجه بیشتر شود و شاید هم در نظر معایم هر امیگونه رفتارها از نمایندگان به سوی پیگیری حقوق موکلانشان، بخشی از وظایف و مأموریهایشان در قبال مردم منطقه به حساب آید و نه تنها محیا بلکه مستحب هم به حساب آید (و حتی شاید واجب). اما باید پرسید آیا این روش می‌تواند به رونق و روال بلد شود؟ و اگر چنین شود آیا قابل مدیریت خواهد بود؟ آیا قرار است پس از دامن‌زدن به اختلافات قومی که خواسته هیچکس نیست و مناسفانه این روزها حتی برخی مقامات نیز خواسته و ناخواسته دامن دامن می‌زنند، باید شاهد شکل گیری اختلافات منطقه‌ای و استانی هم باشیم؟

دهمه‌ها و قرقنهاس‌ست که مردم ایران فارغ از نوع و نژاد و قبیله و قوم و تفاوت‌های زبانی و فرهنگی، در زیر نام بزرگ ایران و با تکیه بر فرهنگ غنی و تمدن اسلامی، چون یک واحد زنجی کرده و می‌کنند. این برادری و اخوت و یگانگی و مهر و یکپارچگی، مَتمِ فرهنگ و سرفرازی و پایداری این ملت بوده و هست. پس نباید با چنین کشیدند مطالبات منطقه‌ای و ترجیح منابع و تمایزات و تمایزاتی بین مردم و جلدلای خود را که در فتنه‌ها قلقله‌اند به راه انداخته. این در دولت و ملت هم و مجلس هم از همه دل‌سوزان انتظار می‌رود که با مسایل کلان، با دید و نظرگاه کلان و از منظر منافع ملی نگاه کنند. سالها و بلکه دهه‌هاست که نحوه مدیریت بر آب می‌ش و بی‌تنبی و اثرات سوء عده پرنامه‌ریزی مناسب و نگله‌ی و کارشناسی در این زمینه را دیده‌ایم. اما هرگز به فکر حل ریشه‌ای این مشکل نبوده‌ایم. اگر سالها این مهم گفتند کرده‌ام حالا رامل این بخشعی نگری و سهم خواهی منطقه‌ای و اختلاف افکنی نیست. اما در تجربه گرفتن از گذشته به فکر ایجاد یک مدیریت کلانگرا و در بالاترین سطح تصمیم‌گیری و به‌عنوان یک امر حاکمیتی با اختیارات فراوانی باید بود که هر گونه تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی دراین‌بار و از خطر انحراف مسیر توسط این دولت یا آن دولت، این مقام یا آن مقام، این جناح یا آن جناح، حتی در وقت و آن وقت و این استان یا آن استان مصون بدارد. حل علمی، منطقی، مدبرانه و کار خاشانه بحران آب و کشور، در خصوص کلان حاکمیت باید مطالبه همهٔ دلسوزان به از خاک و پاشد نه سهم خواهی‌های منطقه‌ای و اندیشیدن به راه‌حل‌های موقتی که تنها بحران را منتقل یا دچار اندکی تأخیر خواهد کرد و دیگر هیچ.

## سناریوهای آمریکایی – اسرائیلی برای تخریب روابط ایران و اروپا

سخنگوی وزارت امور خارجه کشوربان در واکنش به اقدام دولت آلبانی در اخراج دو دیپلمات ایرانی از این کشور به بهانه‌های امنیتی با بیان این که «این اقدام دولت آلبانی به دلیل قبول و محکوم است، اظهار داشت: سناریوهای آمریکایی – اسرائیلی برای تخریب روابط اروپایی ایران در دستور کار است.

بهرام قاسمی با کنسول کشور ایران غیر قابل قبول دولت آلبانی در اخراج دو دیپلمات ایرانی افزود: این اقدام و تخریب نسبت شورش دولت آمریکا و سربیس امنیتی رژیم صهیونیستی و با همکاری برخی گروه‌های تروریستی ضد ایران و با بیان اهداف واهی و نادرست تدوین و در تخریب و تحت تأثیر قرار دادن روابط ایران و اروپا اجرا شده است. این رفتار دولت آلبانی که هیچ توجیه و پایه و اساس منطقی ندارد تماماً بر رینان اطلاعات ساختگی و غلط برخی سرویس های امنیتی و قامی و محکوم و برای قابل تلقی می شود. جانبی ادعا که این بار سناریوستان از طرف ایرانی کشور آلبانی که همواره از روابط خوبی با ایران برخوردار بوده است را قربانی نقشه‌های خود مود قرار داده‌ای. تصریح کرد: ما این اقدام بی‌اندیشه را تمجید می‌کنیم و این کشور را از اهداف همان خط منافع تخریب و اخراج خارج می‌کنیم. به ویژه اروپا و با هدف ایران‌آزایی و ایران‌هراسی می‌دانیم که توسط آمریکایی‌ها و صهیونیست‌ها همواره دنبال می‌شود که خودقزذکی کودکانه و از سر نشانیگری و ورود عجزواله به امور دموکری و بیان شادمانی البته‌نه برخی مقامات آمریکایی به ویژه وزیر خارجه آن کشور از این اقدام گواهی بر این تلاش های مذیو‌جانه افراد غیرحرفه‌ای و مزد بگیر گروه‌های تروریستی طی سالیان اخیر داشته‌اند.

مقامات آلبانی تحت فشار رژیم صهیونیستی و دولت آمریکا اعلام کرده‌اند که سفیر ایران و یک کارشناس سیاسی در سفارت تهران از آن کشور اخراج کرده‌اند. گفتنی است که ر آلبانی فاقد هیچ مکان دیپلماتیک در ایران است.

## نگاه حاکمیتی به حل بحران آب

تقریباً از دو دهه پیش بسیاری از کارشناسان و دلسوزان کشور هشدار داده بودند که آب بحران آب را جدی نگیریم در آینده باید با مسائل بحرانی دست و پنجه نرم کنیم که تنها بعد از زیست‌محیطی با اقتصادی و با توسعه‌ای ندارند بلکه ابعاد انبساطی و اجتماعی آن مهم‌تر خواهد بود. در تمام این سالها گفته‌اند و گفته‌ام که مساله آب در کشور زایل‌بند نگاه به مراتب کلان‌تری و وظایف یک یا دو وزارتخانه است و حتما باید مدیریت بر منابع آب و مقابله با کمبود آن، در سطح حاکمیت متولی قدرتمندی پیدا کند که هر کسی را یاری دست‌اندازی و با مقاومت و یا نادیده گرفتن الزامات و قوانین و مصوبات مرتبط با آن نباشد.

اما در هر دولت و در هر برهه و پروژه در دولت گذشته شامد بی توجهی به این مهم بوده‌ایم و با نادیده گرفتن اهمیت مساله بر دامنه بحران افزوده‌ایم. نتیجه این بی توجهی اعتراضات استی است که در گوشه و کنار کشور، به ویژه در فلات مرکزی ایران اعتراض مردم صورت می‌گیرد و جدای از اثرات اقتصادی و اجتماعی که سبب و کار صدها هزار نفر از مردم این مناطق بالای گذشته حال می‌رود تا ابعاد انبساطیتی پیدا کنند و گاهی زمزمه‌های خطرناکتری هم به گوش می‌رسد که فراتر از اخبار تلخی است که از خبر یا شایعه‌ی چندین بار تخریب خط لوله آب یزد توسط عدای از اصفهانها می‌شنوم ...

منتها پیش استعفاي دسته جمعی نمایندگان استان اصفهان خرساز شد. درخواست استیفا این بود که وقتی رئیس‌جمهور بودجه کلانی برای احیای دریاچه ارومیه اختصاص داده است چرا به قول خود دایر بر جاری شدن زندگی در زاینده‌رود که هویت اصفهان دایر وابسته است عمل نمی‌کند و نمایندگان این منظر این اختصاص را بعد ۲۵ نماینده اصفهان در جلسات مجلس حاضر نشدند و نامای هم خطاب به آقای روحانی نوشتند که پرو عده بهمان ۳۳ شصا مبنی بر احیای زاینده‌رود خواص است دستور فرماید باز ابعاد اعمال رویکرد یکپارچه در مدیریت رودخانه زاینده‌رود ارائه راهکارهای مناسب تشکیل ستاد احیاء رودخانه با اختیارات ۳۸ قانون اساسی به ریاست معاون اول و ساختار سازمانی مناسب(ساختار احیای دریاچه ارومیه) موضوع تصویب نامه هیئت وزیران در تاریخ‌های ۱۳۷۲/۱۲/۵ و ۹۲/۱۱/۲۷ در هیئت دولت تصویب شود.

این نامه به درخواست نمایندگان استعفی به توسط دکتر لاریجانی رئیس مجلس به رئیس‌جمهور تحویل شد و ایشان نیز به دکتر جهانگیری در پی نوشت نامه‌نمایندهگان اصفهان در واقع دستور دادند که با توجه به اهمیت بودجه‌ای به این منظر این اختصاص را پیش آری آنها و مشکلاتی پیشینداد نمایندگان محترم استان اصفهان بررسی و در دولت مطرح گردد.

بعد از طی شدن این روند نمایندگان استان در جلسه اخیر مجلس حاضر شدند اما اعلام کردند که البته هنوز اختیارات خود را پس نگرفته‌اند و منتظر اقدامات عدلی در این باره هستند.

این استعفا و نامه‌نگاری و پی نوشت و حضور نمایندگان در صحن پایان ماجرا نبود. نمایندگان چند استان که تحت تأثیر آب و آنچه که بر سر آن می‌اد هستند گوی احساس خطر کرده‌اند که حل مشکل آب زاینده‌رود ممکن است به بهای ایجاد محدودیت بیشتر آبی برای آنها و منطقه و مردم آن صورت گیرد. لذا از همین حالت دست به کار شده و نمایندگان چهار استان خوزستان، چهارمحال و بختیاری، کهگیلویه و بویراحمد و لرستان نیز در رئیس‌جمهور اخطار دادند که هر تصمیمی که در خصوص شدد آب موجب ایجاد مشکلی برای سبعم آب این مناطق شود آنها یکبار نمی‌شنینند. از فتوای کلام این عزیزان می‌شد فهمید که اگر از سهم آنها کم شود آنها هم دسته جمعی استعفا خواهند داد.

نگافته پیداست که چنین استعفاهای مردم فشاری است تا دولت وادار به توجه بیشتر شود و شاید هم در نظر معایم هر امیگونه رفتارها از نمایندگان به سوی پیگیری حقوق موکلانشان، بخشی از وظایف و مأموریهایشان در قبال مردم منطقه به حساب آید و نه تنها محیا بلکه مستحب هم به حساب آید (و حتی شاید واجب). اما باید پرسید آیا این روش می‌تواند به رونق و روال بلد شود؟ و اگر چنین شود آیا قابل مدیریت خواهد بود؟ آیا قرار است پس از دامن‌زدن به اختلافات قومی که خواسته هیچکس نیست و مناسفانه این روزها حتی برخی مقامات نیز خواسته و ناخواسته دامن دامن می‌زنند، باید شاهد شکل گیری اختلافات منطقه‌ای و استانی هم باشیم؟

دهمه‌ها و قرقنهاس‌ست که مردم ایران فارغ از نوع و نژاد و قبیله و قوم و تفاوت‌های زبانی و فرهنگی، در زیر نام بزرگ ایران و با تکیه بر فرهنگ غنی و تمدن اسلامی، چون یک واحد زنجی کرده و می‌کنند. این برادری و اخوت و یگانگی و مهر و یکپارچگی، مَتمِ فرهنگ و سرفرازی و پایداری این ملت بوده و هست. پس نباید با چنین کشیدند مطالبات منطقه‌ای و ترجیح منابع و تمایزات و تمایزاتی بین مردم و جلدلای خود را که در فتنه‌ها قلقله‌اند به راه انداخته. این در دولت و ملت هم و مجلس هم از همه دل‌سوزان انتظار می‌رود که با مسایل کلان، با دید و نظرگاه کلان و از منظر منافع ملی نگاه کنند. سالها و بلکه دهه‌هاست که نحوه مدیریت بر آب می‌ش و بی‌تنبی و اثرات سوء عده پرنامه‌ریزی مناسب و نگله‌ی و کارشناسی در این زمینه را دیده‌ایم. اما هرگز به فکر حل ریشه‌ای این مشکل نبوده‌ایم. اگر سالها این مهم گفتند کرده‌ام حالا رامل این بخشعی نگری و سهم خواهی منطقه‌ای و اختلاف افکنی نیست. اما در تجربه گرفتن از گذشته به فکر ایجاد یک مدیریت کلانگرا و در بالاترین سطح تصمیم‌گیری و به‌عنوان یک امر حاکمیتی با اختیارات فراوانی باید بود که هر گونه تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی دراین‌بار و از خطر انحراف مسیر توسط این دولت یا آن دولت، این مقام یا آن مقام، این جناح یا آن جناح، حتی در وقت و آن وقت و این استان یا آن استان مصون بدارد. حل علمی، منطقی، مدبرانه و کار خاشانه بحران آب و کشور، در خصوص کلان حاکمیت باید مطالبه همهٔ دلسوزان به از خاک و پاشد نه سهم خواهی‌های منطقه‌ای و اندیشیدن به راه‌حل‌های موقتی که تنها بحران را منتقل یا دچار اندکی تأخیر خواهد کرد و دیگر هیچ.

## روسیه برای ممانعت از تحریم‌های آمریکا علیه ایران تلاش می‌کند

معاون سیاسی وزیر امور خارجه کشورمان با همنای روس خود دیدار و رایزنی کرد. سیدعباس عراقچی که بعد از سفر به دو کشور فنلاند و سوئد، به مسکو سفر کرده است، دیروز با سرگئی ریابکوف روس خود دیدار و رایزنی کرد. سیدعباس عراقچی که بعد از سفر به دو کشور فنلاند و سوئد، به مسکو سفر کرده است، دیروز با سرگئی ریابکوف روس خود دیدار و رایزنی کرد.

این ملاقات سرگئی ریابکوف با ابراز تمایل برای توسعه گفتگوهای سیاسی دو کشور گفت: این گفتگوها اهمیت زیادی نه فقط برای دو کشور بلکه برای تأمین امنیت و شکوفایی در منطقه و جهان دارد.

این دیپلمات ارشد روس افزود: روسیه در سالهای گذشته مطمئنی هستند و از همکاری و حمایت ایران در سطح بین المللی تشکر می‌کنیم.معاون وزیر خارجه روسیه تأکید کرد: تلاش‌های خود را برای ممانعت از تحریم های یکجانبه آمریکایی علیه ایران انجام می دهیم و برای اجرای برجام مصمم هستیم.

عراقچی بهرام در این دیدسار گفت: همکاری‌های ما در موضوعات منطقه‌ای و بین‌المللی در سطح خوبی قرار دارد و دو کشور در مواضع عمدتا مشترک در مسائل منطقه‌ای و امنیتی برای برخوردار هستند.

وی در بخشی از سخنانش خود گفت: مشکلات جهان عمدتا ناشی از سیاست های غلط اقماری و برخی متحسدان آن در منطقه است.عراقچی با تشکر از مواضع منطقه، متقدانه و متصفانه روسیه در موضوع برجام افزود: برجام دستاورد دیپلماسی است و آمریکا با تلاش خود برای آن بر بدن آن، دیپلماسی را

## سعدالله زارعی: خروج مزدوران سعودی از یمن ضربه بزرگی به متجاوزان است

کارشناس مسائل منطقه با اشاره به مذاکرات اخیر سوئد بین مجازولین غربی و سازمان ملل با انصارالله گفت: خروج ۴۰ هزار نیروی مزدور یمنی و غیرنیمی تحت فرماندهی سعودی‌ها و امرائستی ضربه بزرگی برای جبهه متجاوزاست.

به گزارش فارس، سعدالله زارعی کارشناس مسائل منطقه در سخنرانی پیش از خطبه نماز جمعه تهران افزود: بیانگذار انقلاب اسلامی حضرت امام خمینی (ره) فرموده‌اند که این قرن، قرن غلبه مغرورین بر مستکبرین است و خدای تعال اعلام کرده است که کاذب‌های آنها به تصرف بندگان مظلوم درآید.

وی افزود:روز گذشته اعلام شده است که سسه هزار نیروی آمریکایی قرار است از سوریه خارج شوند اما همزمان آنها اعلام خروج نیروهایشان از افغانستان را مطرح کردند. این در حالی است که پیش از آن ۲۰ هزار نیروی نظامی مستقر آمریکایی در افغانستان وجود دارد.

کارشناس مسائل منطقه تصریح کرد: آمریکایی‌ها ۱۸ سال پیش به بهانه مبارزه با طالبان وارد افغانستان شدند. در حالی که تاکنون حرکت آنها در این کشور مهاد طالبان بوده و گفته شد که آنها خودخواه شریک در کفره تروریستی از سر ملت افغانستان را کم کنند اما امروز شاهد مذاکرات آنها با طالبان‌هستیم.

زارعی در مورد خروج آمریکایی‌ها از افغانستان گفت: آمریکاها ۱۸ سال پیش به بهانه مبارزه با طالبان وارد افغانستان شدند. در حالی که تاکنون حرکت آنها در این کشور مهاد طالبان بوده و گفته شد که آنها خودخواه شریک در کفره تروریستی از سر ملت افغانستان را کم کنند اما امروز شاهد مذاکرات آنها با طالبان‌هستیم.

زارعی افزود: آمریکایی‌ها اعلام کردند که این حفظ امنیت اسرائیل به سوریه آمندن و این موضوع را خط قرمزشان بیان کردند ولی با شکست متفرضانه فعلی این کشور سوریه را ترک کنند که این امر نشاندهنه آن است پشتیبان خارجی از اسرائیل کم شده است. وی گفت:افغانز قریون‌های سرشده اسرائیل در حالی است که با خروج آمریکایی‌ها از سوریه، تل آویو باید فقط روی قدرت نظامی خود حساب باز کند چرا که آمریکایی‌ها دیگر توان حمایت از آنها را ندارند.

کارشناس مسائل منطقه با اشاره به مذاکرات چند جانبه در سوئد در باره جسد یمنسن افزود: جبهه مذکره کنده‌خارجی با انصارالله بین کسانی هستند که چندین سال پیش به دنبال نابودی انصارالله و محرم آن با محاصره جبهه‌جانبه بودند. در حالی‌که مذاکرات صورت گرفته به منظور اثبات بی‌ب صورت‌های و گفتگو با این گروه یمنی هیچ تعرض و مشکلی در این بندر پهلوگیرنیانند.

کارشناس مسائل منطقه تصریح کرد: انصارالله از توان تولید ابوهٔ موشک‌های تا ۴۰۰ کیلومتر با در دست آورده است. همچنین این گروه‌های مختلف یمنی در شمال با محجوبت انصارالله و گروه‌های یمنی در جنوب با تحریب مصوروهای توافقی صورت گرفته که اینس مذاکرات درون یمنی باشد که نشاندهنه‌محجوبت انصارالله و شناسایی قدرت بالای آن است.

نمایش می‌گذاریم، سپاه پاسداران انقلاب اسلامی تجارب بسیار خوبی از رزم با تروریسم ایران و تکیه بر توان خود در زمینه‌های تخریبی به دست آورده که با این راه‌های جدید، به نیروهای جوات انتقال می‌دهد. وی افزود: همواره در برابر تروریسم‌ها و خرابکاران در مزم‌ها خودشننداری کرده‌ایم اما به دشمنان پاسخی گوینده و قاطع خواهم داد. سردار پاکباز گفت: مرحله نهایی رزمایش پیامبر اعظم(ص) ۱۲نویز زمینی سپاه از صبح شنبه با شعار «نمایش اقتدار و امنیت پایدار در سینه و جدت ملی و ظرفیت سازی های نوین دفاعی» در منطقه عمومی خلیج فارس برگزار می‌شود. این رزمایش از سلسله رزمایش های ابلاغی و سالانه نیروی زمینی سپاه است که حضور یکگان‌های گوناگون نیرو ازم و واکنش سریع، نیروی منحصو و تکاور، پهپادهای رزمی و شناسایی، بارگاه‌های هجومی، ترابری و باربریز، جت‌ها، مکتازیه، واحدهای همدنسی و تخریب، سیستم‌های کنترل و فرماندهی و ناو تپت و تفارقمی، سیستم‌های مخابراتی و غیره برگزار می‌شود. وی تأکید بر این که رزمایش پیامبر اعظم ۱۲نیروی زمینی سپاه در سطح راهبردی، دفاعی

## اخبار داخلی

## روسیه برای ممانعت از تحریم‌های آمریکا علیه ایران تلاش می‌کند

کشورهای غربی هشتیم،ریابکوف افزود: البته در این عرصه سازمان های اقتصادی که تحرین آن سه ماه قبل تشکیلات بانکی دو کشور نقش قابل توجه ایفا می کنند.

**معافیت ۹۰ روزه عراق از تحریم ایران**
خبرگزاری فرانسه به نقل از یک مقام دولتی عراق خبر داده که واشنگتن معافیت عراق از تحریم‌های ایران را به مدت ۹۰ روز تمدید کرده است. دولت آمریکا بعد از خروج غیرقانونی از برجام و بازگرداندن تحریم‌های ایران، با تأکیدهای بغداد درباره لزوم مستثنی شدن از تحریم‌های عراق روبرو شدد و در پاسخ به عراق معافیت ۲۵ روزه برای واردات انرژی از ایران داد.

«عادل عبدالمهدی» نخست‌وزیر عراق اخیراً گفته بود که هتای را برای مذاکره با آمریکا برای تادوم معافیت این کشور از تحریم‌های ایران به واشنگتن اعزام می‌کند.یک منبع دولتی عراق که در مذاکرات با آمریکا حضور داشته، روز پنجشنبه به خبرگزاری فرانسه گفت که هیات اعزامی بغداد تاوانسته است تمدید ۹۰ روزه معافیت از تحریم‌های ایران را به دست آورد. وی در بخشی از سخنانش خود گفت: مشکلات جهان عمدتا ناشی از سیاست های غلط اقماری و برخی متحسدان آن در منطقه است.عراقچی با تشکر از مواضع منطقه، متقدانه و متصفانه روسیه در موضوع برجام افزود: برجام دستاورد دیپلماسی است و آمریکا با تلاش خود برای آن با ایران تحت تأثیر تضمین شود.

وی ادامه داد: دستور کار گسترده ای داریم و در عرصه کنترل تسلیحات و فعالیت با وجود فشارهای شدید آمریکاست. برای این منظور نیاز به تأمین شرایط و ایجاد ساز و کار همکاری داریم تا همکاری‌ها با ایران تحت تأثیر وجود آنها به شاهد سخت شدن موضع آمریکا و

روحانی رئیس جمهوری پس از اعضای استنداد همکاری میان ایران و ترکیه در نشست مشترک خبری با همنای ترکی‌ای خود، اظهار داشت: در جلسه شورای عالی روابط راهبردی برای رفع موانع احتمالی در زمینه توسعه روابط اقتصادی و تجاری دو کشور تصمیم‌گیری‌شد. وی با بیان این که در مذاکرات دوجانبه با رئیس‌جمهوری ترکیه همکاری‌های دوجانبه،مسائل منطقه‌ای عقیق و به رسمیت شناختن ویژگی‌های منطقه‌ای دوجانبه،نوساختن‌شان از قرون ها و بسط آن به زمینه‌های فراوان مختلف بر پایه احترام متقابل، منافع مشترک و رعایت حسن همجواری،

روانی گفت: در جنگ بین نشان داده شده‌اند که اراده‌های مومنیی که از سلاح کمتری استفاده کرده‌اند با دشمن باطلی که انواع سلاح مدرن را در اختیار دارند، بالآخر است.

رئیس جمهوری اقدام آمریکاعلیه ایران را اقدامی ۱۰۰ صد تروریستی توصیف کرد و گفت: دولت آمریکا با اعمال تحریم‌های ظالمانه دول‌ها و شرکت‌های دیگر را برای اجرای قطعنامه ۲۲۳۱ و تجارت آزاد با ایران می‌رساند و این اقدام آمریکا برخلاف مقررات بین‌المللی است.

روانی خاطر نشان کرد: قطعنامه ۲۲۳۱ به عنوان یک قطعنامه الزام‌آور از همه طرف‌های می‌خواهد که از آن حمایت کنند. لذا معادولای که در زمینه پیروزی از اهمیت بالاتر است، به نظر می‌رسد که در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

افرادو هم در این نشست مشترک خبری اهتمام کشورش را برای توسعه و تحکیم پیش از پیش روابط با ایران مورد تأکید قرار داد و گفت: برای نفع طرفین خواهد بود، هیچ‌کدام به نفع تقویت اقتصادی دو کشور نیستند. اما در عرصه‌های مادی بسته بود ضامن اینکه ثبات موضوع این جنگ در جهت مبارزه با تروریسم در تمامی اشکال و ظهور و بروز آن با آگاهی از این موضوع که این تلاش‌ها میان ما حفاظت و تقویت امنیت منطقه‌ای و بین‌المللی کمک خواهد کرد.

روانی گفت: در جنگ بین نشان داده شده‌اند که اراده‌های مومنیی که از سلاح کمتری استفاده کرده‌اند با دشمن باطلی که انواع سلاح مدرن را در اختیار دارند، بالآخر است.

رئیس جمهوری اقدام آمریکاعلیه ایران را اقدامی ۱۰۰ صد تروریستی توصیف کرد و گفت: دولت آمریکا با اعمال تحریم‌های ظالمانه دول‌ها و شرکت‌های دیگر را برای اجرای قطعنامه ۲۲۳۱ و تجارت آزاد با ایران می‌رساند و این اقدام آمریکا برخلاف مقررات بین‌المللی است.

## رئیس دیوان محاسبات:نجومی بگیران تعیین تکلیف شده‌اند

مدیریت خدمات کشور عمل کنند و برخی دستگاه‌ها هم به صورت خاص باشند.

عادل آذر افزود: ممکن است طبق قانون در یک دستگاهی مبلغ بالای چهار میلیون تومان برای قانونی باشد،اما در یک دستگاهی مبلغی کمتر باشد.در توجیه به سختی کار در برخی مناطق حتی آن فسرده در جایگاه‌های همدنست، ۱۲ میلیون تومان هم دریافت کند که قانونی باشد، بنابراین برای مبلغی خاص را برای همه دستگاه‌ها یکسان در نظر گرفت.

رئیس دیوان محاسبات کشور گفت: در بودجه سال آینده، ۲۵مورد از الزاماتی که باید در متن لایحه مورد توجه قرار گیرد را احصا کرده ایم.

عادل آذر در گفتگو با سیداصمیا با بیان این که شاه بیت این الزامات انقباض و جلوگیری از ریخت و پاش‌ها و هزینه های زیادی است که به دستگاه‌ها داده می‌شود،گفت: در این بررسی‌ها برآوردهای ما نشان می دهد حدود صد ۵۰ هزار میلیارد تومان از بخشش هزینه‌ها دیگر نیاز به تکرار در بودجه ۹۸هزار و باید به ستمی پیش برویم که هزینه های جساری را از درآمدهای مالیاتی و بدون نفت تأمین کنیم. وی گفت: البته بخشی از مشکلات هم به این موضوع بر می گردد که در بودجه هزینه‌هایی را به دولت اختصاص می‌کنیم، به حالی که برای تأمین آن منابع واهی در نظر گرفته می‌شود.

رئیس دیوان محاسبات گفت: یکی از مهمترین ضروریات بودجه، شناسایی دارایی های کشور است. مثلا خزانه داری کل کشور این دارایی‌ها را با ۵۰ میلیون و ۸۰۰هزار میلیارد تومان برآورد کرده‌اند. اما محاسبات و چهار برابر این مبلغ را نشان می دهد که مشخص می‌کند می‌شود بعضی از درآمدها را واقعی و هزینه‌های اجتناب‌ناپذیر را تأمین کرد.

## تصمیمات ایران و ترکیه برای توسعه همکاری‌های استراتژیک

مقتضی برای برقراری مشارکت تجاری و نزدیکتر و تدارک شرایط بهتر برای سرمایه‌گذاران در دو کشور، تسهیل حمل و نقل کالا و افزایش مشارکت بخش خصوصی در همکاری‌های تجاری و بازرگانی ضروری است.

رئیس جمهوری با اشاره به ظرفیت‌های ترازنیی دو کشور، تصریح کرد: ظرفیت‌های دو این حوزه به نحوی است که می‌توانیم تواسیر ترازنیی خود را به غرب را با سرمایه‌گذاری مشترک تحول‌ناپذیر.وی همچنین به همکاری‌های دو جانبه و سه‌جانبه ایران و ترکیه در رونده مذاکرات استانه به اتفاق روسیه اشاره کرد و گفت: این مذاکرات مثبت و موثر بوده و لازم است روند تقویت امنیت،بازگشت آوارگان،حفظ ثباتیت ارضی، تدوین قواعد اساسی و تشکیل حکومتی با دقت ادامه یابد.رئیس جمهوری همچنین تسریع در تشکیل پنجمه واحد گرمکی را مورد اشراق قرار داد و گفت:مصمیم از حوزه‌های بخش‌های خصوصی دو کشور و رفع مشکلات احتمالی، حمایت‌کنیم.

روحانی تصریح کرد:ایران همواره در روزهای سخت و کنار مردم و دولت ترکیه بوده و امروز خوشحالم که در شرایط تحریم غیرقانونی و ظالمانه دولت آمریکا علیه ایران دولت و ملت ترکیه در کنار ایران قرار دارند.

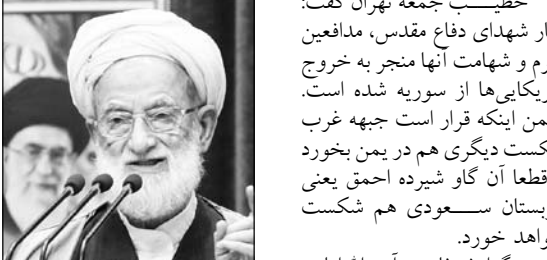
رئیس جمهوری ترکیه هم در این جلسه تشکیل این نشست در دوره‌های گذشته که آمریکا علیه ایران را افزایش داده است،حاجز اهمیت داشت و گفت: در چهار نشست گذشته تصمیمات خوبی برای توسعه روابط در حوزه‌های مختلف اتخاذ شده و امروز نیز در چارچوب تجارت ترجیحی مصمم هستیم تمام ظرفیت‌های همکاری‌های بین‌المللی را به‌کار می‌بریم. وی خاطر نشان کرد: اقدامات و تحریم‌های غیرقانونی آمریکا بین‌الملل‌خوارانه، حمایت‌خواراز تحریرشده خارجی دو کشور در حوزه تجارت خارجی دو کشور در گذشته است اما نیات آن را به حداقل خواهیم رساند.اردوغان با تأکید بر این که همواره با تحریم‌های یکجانبه‌ای مخالف بوده و هستیم، گفت: ترکیه امنیت و ثبات ایران را امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره از همکاری موفق در جهت امنیت و ثبات خود می‌داند.رئیس جمهوری ترکیه در ادامه، مذاکرات، به همکاری دو کشور در مسایل منطقه‌ای اشاره کرد و گفت: به تازجه به موارد مطرحه در بالا و به نتیجه رسیدن روند استانه در باره سوریه، همکاری مشترک ایران، ترکیه و روسیه، همواره







## خطیب جمعه تهران :ایثار مدافعین حرم منجر به خروج آمریکایی‌ها از سوریه شد



خطیب جمعه تهران گفت: ایثار شهدای دفاع مقدس، مدافعین حرم و شهامت آنها منجر به خروج آمریکایی‌ها از سوریه شده است. ضمن اکتفا قرار است جبهه غرب شکت دیگری هم در سوریه وجود داشته باشد و قطعاً آن گاو شیروه احقّ یعنی عربستان سعودی هم شکست خواهد خورد.

به گزارش فارس، آیت‌الله امامی کاشانی گفت: ایران و جمهوری اسلامی از نظر ایدئولوژی شیعی برجسته‌ترین تفکر دینی در جهان محسوب می‌شود که دنیا هم به این امر توجه کرده است، ضمن آنکه همین تفکر شیعی باعث وجود آمدن انقلاب اسلامی شده است.

وی با اشاره به روز وحدت حوزه و دانشگاه تصریح کرد: این امر از سویی آیت‌الله شهید منتج پیگیری شده است ضمن این که ایمن وحدت یعنی اکتفای حوزه و دانشگاه به یکدیگر توصیه کرد به وعلم و دین و علم طبیعت در کنار یکدیگر همراهی داشته باشند. همچنین دانشگاه باید بلدان که با معنویت حرکت رو به جلو خواهد داشت نه با گناه و عیاشی.

امامی کاشانی گفت: وحدت حوزه و دانشگاه برای دشمنان جمهوری اسلامی سخت بوده و آن

را نمی‌پذیرند، در حالی که دشمنان دانشجویان مطالبی را برگینده نه

عیاشی عوْطور خواهند. بزنند.

وی خاطرنشان کرد: ایران این فکر را در دنیا مطرح کرده است که جوانان و ایثارگران باید برای استقلال کشور خود مذاکراتی کنند که البته در کشور ما به واردان، سکونت کشیده، البته آن‌ها سعود هم چنین رفتاری دارد. لذا عنوان می‌کنند جمهوری اسلامی باید

## خطیب جمعه قم: مسیحیان علیه ستمگران فریاد بکشند

سورس شهرستانها، امام جمعه موقت قم گفت: مردم ایران از سنت ملی شب یلدا در مسیر باورهای اسلامی استفاده کنند و به آن رنگ دینی ببندند. آیت‌الله سیدهاشم حسینی بوشهری در خطبه‌های نماز جمعه قم در مصالح قدس این شهر، افزود: یکی از سرمهای شب یلدا حضور در خانه بزرگترها و دید و بازدید است که این مسئله در آموزه‌های دینی در قالب همه رحم مورد قرار گرفته و در مورد آن فواید زیادی مورد افزایش طول عمر و روزی قرار شده است.

وی ادامه داد: بهتر است از این آیین برای ایجاد آشنی میان اقوام و آشنایان و از بین بردن کینه‌ها استفاده کنیم و به این سنت باستانی رنگ و بوی دینی بدهیم.

وی همچنین با اشاره به درپیش بودن سالروز میلاد حضرت عیسی(ع) افزود: قم و سرانجام این پیامبر بزرگ با محبتی همراه بوده و در قرآن کریم از ایشان با تعبیر خاصی یاد شده است.

خطیب جمعه قم ادامه داد: حسرتی که زیر پرچم مظهر بارزیه با مردم و فساد بود و کاشاکت به مسیحیت جنگ راه می‌انازاند و سرنوشت کشورهای مهجور یمن را به اینجا می‌رسانند با تعالیم حقیقی این پیامبر الهی فاصله گرفته اند.

عضو مجلس خبرگان رهبری گفت: من به مسیحیان واقعی می‌گویم علیه ستمگران و جاسوسکاران فریاد بکشند و روشنگری کنند که تعالیم حضرت عیسی(ع) چیز دیگری بود.

حسینی بوشهری در ادامه با اشاره به این که اقتصاد و معیشت مردم مهمترین مسائل کشور در شرایط کنونی است، گفت: تحریم‌های دشمنان بی‌تعارف با جنگ اعلام شده اقتصادی علیه مستات و هدف

## خطیب جمعه تهران :ایثار مدافعین حرم منجر به خروج آمریکایی‌ها از سوریه شد

آیت‌الله محمد باقر عینی، خطیب جمعه تهران، در حال سخنرانی از پشت میز.

به گزارش فارس، آیت‌الله امامی کاشانی تصریح کرد: ایران و جمهوری اسلامی از نظر ایدئولوژی شیعی برجسته‌ترین تفکر دینی در جهان محسوب می‌شود که دنیا هم به این امر توجه کرده است، ضمن آنکه همین تفکر شیعی باعث وجود آمدن انقلاب اسلامی شده است.

وی با اشاره به روز وحدت حوزه و دانشگاه تصریح کرد: این امر از سویی آیت‌الله شهید منتج پیگیری شده است ضمن این که ایمن وحدت یعنی اکتفای حوزه و دانشگاه به یکدیگر توصیه کرد به وعلم و دین و علم طبیعت در کنار یکدیگر همراهی داشته باشند. همچنین دانشگاه باید بلدان که با معنویت حرکت رو به جلو خواهد داشت نه با گناه و عیاشی.

امامی کاشانی گفت: وحدت حوزه و دانشگاه برای دشمنان جمهوری اسلامی سخت بوده و آن را نمی‌پذیرند، در حالی که دشمنان دانشجویان مطالبی را برگینده نه عیاشی عوْطور خواهند. بزنند.

وی خاطرنشان کرد: ایران این فکر را در دنیا مطرح کرده است که جوانان و ایثارگران باید برای استقلال کشور خود مذاکراتی کنند که البته در کشور ما به واردان، سکونت کشیده، البته آن‌ها سعود هم چنین رفتاری دارد. لذا عنوان می‌کنند جمهوری اسلامی باید

دانشجویان مطالبی را برگینده نه عیاشی عوْطور خواهند. بزنند.

وی در پایان به روز تشکیل سپاه حفاظت فرودگاه‌ها به دستور سپاه‌گذار انقلاب اسلامی اشاره کرد و گفت: این افراد انصافاً در قفس خود می‌پایانند و هر چه در قفس خود می‌پایانند برای آن‌ها سبب سلامتی، توقیف و اجر دنیا و آخرت مستلّ

دارم.

آنان شکست دادن مقاومت مردم و انقلاب اسلامی از این راه است.

وی بیان کرد: آنها از اسلامی که نماز، روزه و حج بی روح دارد استقبال می‌کنند، اما از اسلامی که در جامعه حرکت ایجاد کند، نگران هستند و به همین دلیل پس از توطئه‌های فراوان این بار روی تحریم‌های شدید اقتصادی توجّه کرده اند.

خطیب نماز جمعه قم گفت: نیروی انسانی مستعد، ذخایر طبیعی کشور، انسجام مسئولان نظام و دیپلماسی فعال از جمله امتیازاتی است که می‌توانیم با استفاده از آن، با تحریم‌ها مقابله کنیم.

او افزود: مردم باید در صحنه حاضر شوند و مراقب باشند که افرادی به خصوص در حوزه‌های اقتصادی در میدان شکار بازی کنند.

وی ادامه داد: با توکل به خداوند می‌شود در برابر دشمن ایستاد و مردم را نشان دادماند که در راه انقلاب اسلامی با صبر و استقامت و وظیفه خود عمل و استقامت می‌کنند.

حسینی بوشهری همچنین با اشاره به تحولات سیاسی منطقه گفت: قضایای سوریه به جای رسیدن است که کشور‌های مختلف به دنبال دیدار با مقامات سوریه و برقراری ارتباط با این کشور هستند و این نشان دهنده برپوزی جریان مقاومت و شکست سیاست‌های آمریکا در منطقه است، تاحدی که رئیس‌جمهوری آمریکا با وجود استعاضای وزیر دفاع خود، اعلام کرد که نیروهای نظامی این کشور از سوریه خارج می‌شوند.

وی افزود: یمن هم به لطف‌اللهی شرایط بهتری نسبت به قبل دارد و مذاکرات صلح در رابطه با آن آغاز شده و اگر این روند ادامه یابد باید گفت اوضاع به نفع مردم و انصارات است.

## خط آهن قزوین- رشت تا پایان بهمن تکمیل می شود

سریسرت اداره کل ساخت و توسعه راه‌آهن منطقه ۲ کشور با اشاره به اتصال ریلی قزوین به رشت، گفت: خط‌آهن قزوین-رشت تا پایان بهمن اسال به صورت کامل به همراه

آیین تکمیل خواهد شد. به گزارش فارس، اولین روز آرز اسال بود که اولین قطار آزمایشی از مسیر ریلی قزوین-رشت با حضور معاون رئیس‌جمهوری و رئیس سازمان برنامه و بودجه و همچنین معاون وزیر راه و شهرسازی سیر کرد و در واقع اتصال ریلی قزوین به رشت انجام شد.

علی اکبر مردی در این پاره به فارس گفت: زیرساختی و روسازی خط‌آهن قزوین - رشت تا ایستگاه رشت به خوبی به پایان رسید و ریل‌ل‌های اول، دوم و نهایی هم انجام شد.

وی افزود: البته این خط ریلی کاملاً تکمیل نشده‌ است، بلکه فقط اتصال ریلی قزوین به رشت انجام شد و تا پایان بهمن اسال کل خط به صورت کامل تکمیل خواهد شد. وی افزود: البته این خط ریلی کاملاً تکمیل نشده‌ است، بلکه فقط اتصال ریلی قزوین به رشت انجام شد و تا پایان بهمن اسال کل خط به صورت کامل تکمیل خواهد شد.

سریسرت اداره کل ساخت و توسعه راه‌آهن منطقه ۲ کشور افزود: ادامه مسیر از رشت تا انزلی توسط شرکت ساخت و توسعه زیربنای‌های حمل و نقل و از رشت تا استارا توسط شرکت راه‌آهن جمهوری اسلامی ایران اجرا می‌شود.

داد: ساختمان اصلی ایستگاه راه‌آهن رشت حدود ۱۹۰درصد پیشرفت فیزیکی دارد و آماده افتتاح است، اما ساختمان‌های دیگری این باید تکمیل شود، ولی ارتباطی به افتتاحیه ندارد.

## وزیر اقتصاد: بانک‌ها چوب حراج

### به اموال خود نزنند

وزیر امور اقتصادی و دارایی، گفت: به هیچ وجه به دنبال این نیستیم که بانک‌ها چوب حراج به اموال خود بزنند، بلکه این اموال باید مطابق با واقعیت‌ها قیمت گذاری شود و تا حد امکان به صورت نقد به فروش برسد.به گزارش فارس، وزیر امور اقتصادی و دارایی، فردا دوشنبه در نشست برسی روند واگذاری اموال مزاد بانک‌ها، سرعت همراه با دقت و سلامت را ضررهای مهم واگذاری اموال مزاد و بنگاه‌های متعلق به بانک‌ها عنوان کرد.

به گفته وی، دو موضوع به طور مستمر از وزارت اقتصاد مورد مطالبه قرار می‌گیرد، یکی بحث کلی اصلاح نظام بانکی و دیگری واگذاری اموال و دارایی‌های مازاد بانک‌ها که آنجا که به ضرر اقتصاد تأکید کرد: آنچه که باید برای بانک به عنوان بنگاهی اقتصادی مهم باشد، حفظ خود به امید فروش گران آن نیست، بلکه خود پول باید برای بانک مهم باشد؛ زیرا بانک توانایی آن را دارد که با گردش پول و کار کردن با آن، درآمدی به مراتب بیش از ملک کند. بانک

وی با مطلوب خواندن استفاده از دارایی بانک‌ها به صورت «اهرم» اضافه کرد: به طور نمونه، بانک‌ها می‌توانند ملک‌های خود در بافت‌های فرسوده را برای مسکن (انجماعی) اختصاص دهند و در این زمینه از سود

## اخبار داخلی

# امضای قفاهمنامه سرمایه‌گذاری ۱۸۰۰ میلیارد تومانی بخش خصوصی در بنادر شمال و جنوب

امکان تغییر شرایط به قبل از امضای قرارداد وجود دارد. وی به موضوع کاپیتاز و رسوب کالا در بنادر اشاره کرد و گفت: برای اولین بار در کشور امکان کل‌الاهی اساسی از طریق دریا میان بنادر داخلی را فراهم خواهیم کرد، اما از آنجایی که قرار است با استفاده از ناوگان داخلی و در آبهای ایران این اتفاق رخ دهد، بدنبال اخذ مصوبه دولتی بر سر محاسبه هزینه سوخت حمل کالاهای اساسی میان بنادر داخلی به قیمت سوخت دولتی هستیم. راست‌استد با اشاره به تأکید معاون اول رئیس‌جمهوری مبنی بر کاهش زمان رسوب کالا در بنادر تصریح کرد: امروز جلسه‌ای با حضور متولیان دستگاه‌های این حوزه با معاون اول رئیس‌جمهوری برای پیدا کردن راهکارهای کاهش سوخت حمل کالاهای اساسی تا عوامل ماندگاری کالاها در بنادر را از بین ببریم.

وی با بیان اینکه حجم زیادی از فضای بنادر را کالاهای متروکه اشغال کرده اند، خاطرنشان کرد: از ۵۰هزار کانتینر دپو شده در بندر

مدیرعامل سازمان بنادر و دریانوردی در این مراسم گفت: برای اولین بار در کشور کالاهای اساسی میان بنادر داخلی با ناوگان دریایی جابجا خواهد شد. به گزارش مهر، محمد راستاد با بیان اینکه کمک وجود تقیصه در فرایندهای بنادر نیستیم، گفت: با این حال سازمان بنادر و دریانوردی توانسته است در مقایسه با حوزه‌های دیگر اعتماد بخش خصوصی را جلب کند که موبد این ادعای ما سرمایه‌گذاری ۱۲هزار میلیارد تومانی بخش خصوصی در بنادر و تجهیزات است.

وی افزود: یکی از کارهای دیگر سازمان بنادر، توسعه پایانه کالاهای عمومی است که نسبت به پایانه‌های تجهیزات بیشتر و اساساًت‌الیه ما دارد اما درآمدهای آن نسبت به پایانه‌های تخصصی کمتر است؛ از همین رو بدنبال تجمع قراردادهای احداث پایانه‌های کالاهای عمومی در بنادر امام خمینی و شهید رجایی انجام دهم.

آیت‌الله امامی کاشانی تأکید کرد: باید همه مسئولان و نهادهای دست به دست یکدیگر دهند تا اجازه دهم کشور دچار مشکلات

شود.

وی در پایان به روز تشکیل سپاه حفاظت فرودگاه‌ها به دستور سپاه‌گذار انقلاب اسلامی اشاره کرد و گفت: این افراد انصافاً در قفس خود می‌پایانند و هر چه در قفس خود می‌پایانند برای آن‌ها سبب سلامتی، توقیف و اجر دنیا و آخرت مستلّ دارم.

آنان شکست دادن مقاومت مردم و انقلاب اسلامی از این راه است.

وی بیان کرد: آنها از اسلامی که نماز، روزه و حج بی روح دارد استقبال می‌کنند، اما از اسلامی که در جامعه حرکت ایجاد کند، نگران هستند و به همین دلیل پس از توطئه‌های فراوان این بار روی تحریم‌های شدید اقتصادی توجّه کرده اند.

خطیب نماز جمعه تهران گفت: نیروی انسانی مستعد، ذخایر طبیعی کشور، انسجام مسئولان نظام و دیپلماسی فعال از جمله امتیازاتی است که می‌توانیم با استفاده از آن، با تحریم‌ها مقابله کنیم.

او افزود: مردم باید در صحنه حاضر شوند و مراقب باشند که افرادی به خصوص در حوزه‌های اقتصادی در میدان شکار بازی کنند.

وی ادامه داد: با توکل به خداوند می‌شود در برابر دشمن ایستاد و مردم را نشان دادماند که در راه انقلاب اسلامی با صبر و استقامت و وظیفه خود عمل و استقامت می‌کنند.

حسینی بوشهری همچنین با اشاره به تحولات سیاسی منطقه گفت: قضایای سوریه به جای رسیدن است که کشور‌های مختلف به دنبال دیدار با مقامات سوریه و برقراری ارتباط با این کشور هستند و این نشان دهنده برپوزی جریان مقاومت و شکست سیاست‌های آمریکا در منطقه است، تاحدی که رئیس‌جمهوری آمریکا با وجود استعاضای وزیر دفاع خود، اعلام کرد که نیروهای نظامی این کشور از سوریه خارج می‌شوند.

وی افزود: یمن هم به لطف‌اللهی شرایط بهتری نسبت به قبل دارد و مذاکرات صلح در رابطه با آن آغاز شده و اگر این روند ادامه یابد باید گفت اوضاع به نفع مردم و انصارات است.

## مزایده واگذاری باشگاه‌های پرسپولیس و استقلال تا پایان اسمال بر گزار می شود

کرده تا اسال ۱۰ و ۱۵ روز آینده نظرات خود را در خصوص واگذاری پرسپولیس و استقلال بیان کنند.رئیس سازمان خصوصی‌سازی درباره پیشنهاد اتاق تعاون کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس اظهار داشت: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

## امضای قفاهمنامه سرمایه‌گذاری ۱۸۰۰ میلیارد تومانی بخش خصوصی در بنادر شمال و جنوب

امکان تغییر شرایط به قبل از امضای قرارداد وجود دارد. وی به موضوع کاپیتاز و رسوب کالا در بنادر اشاره کرد و گفت: برای اولین بار در کشور امکان کل‌الاهی اساسی از طریق دریا میان بنادر داخلی را فراهم خواهیم کرد، اما از آنجایی که قرار است با استفاده از ناوگان داخلی و در آبهای ایران این اتفاق رخ دهد، بدنبال اخذ مصوبه دولتی بر سر محاسبه هزینه سوخت حمل کالاهای اساسی میان بنادر داخلی به قیمت سوخت دولتی هستیم. راست‌استد با اشاره به تأکید معاون اول رئیس‌جمهوری مبنی بر کاهش زمان رسوب کالا در بنادر تصریح کرد: امروز جلسه‌ای با حضور متولیان دستگاه‌های این حوزه با معاون اول رئیس‌جمهوری برای پیدا کردن راهکارهای کاهش سوخت حمل کالاهای اساسی تا عوامل ماندگاری کالاها در بنادر را از بین ببریم.

وی با بیان اینکه حجم زیادی از فضای بنادر را کالاهای متروکه اشغال کرده اند، خاطرنشان کرد: از ۵۰هزار کانتینر دپو شده در بندر

مدیرعامل سازمان بنادر و دریانوردی در این مراسم گفت: برای اولین بار در کشور کالاهای اساسی میان بنادر داخلی با ناوگان دریایی جابجا خواهد شد. به گزارش مهر، محمد راستاد با بیان اینکه کمک وجود تقیصه در فرایندهای بنادر نیستیم، گفت: با این حال سازمان بنادر و دریانوردی توانسته است در مقایسه با حوزه‌های دیگر اعتماد بخش خصوصی را جلب کند که موبد این ادعای ما سرمایه‌گذاری ۱۲هزار میلیارد تومانی بخش خصوصی در بنادر و تجهیزات است.

وی افزود: یکی از کارهای دیگر سازمان بنادر، توسعه پایانه کالاهای عمومی است که نسبت به پایانه‌های تجهیزات بیشتر و اساساًت‌الیه ما دارد اما درآمدهای آن نسبت به پایانه‌های تخصصی کمتر است؛ از همین رو بدنبال تجمع قراردادهای احداث پایانه‌های کالاهای عمومی در بنادر امام خمینی و شهید رجایی انجام دهم.

آیت‌الله امامی کاشانی تأکید کرد: باید همه مسئولان و نهادهای دست به دست یکدیگر دهند تا اجازه دهم کشور دچار مشکلات

شود.

وی در پایان به روز تشکیل سپاه حفاظت فرودگاه‌ها به دستور سپاه‌گذار انقلاب اسلامی اشاره کرد و گفت: این افراد انصافاً در قفس خود می‌پایانند و هر چه در قفس خود می‌پایانند برای آن‌ها سبب سلامتی، توقیف و اجر دنیا و آخرت مستلّ دارم.

خطیب نماز جمعه تهران گفت: نیروی انسانی مستعد، ذخایر طبیعی کشور، انسجام مسئولان نظام و دیپلماسی فعال از جمله امتیازاتی است که می‌توانیم با استفاده از آن، با تحریم‌ها مقابله کنیم.

او افزود: مردم باید در صحنه حاضر شوند و مراقب باشند که افرادی به خصوص در حوزه‌های اقتصادی در میدان شکار بازی کنند.

وی ادامه داد: با توکل به خداوند می‌شود در برابر دشمن ایستاد و مردم را نشان دادماند که در راه انقلاب اسلامی با صبر و استقامت و وظیفه خود عمل و استقامت می‌کنند.

حسینی بوشهری همچنین با اشاره به تحولات سیاسی منطقه گفت: قضایای سوریه به جای رسیدن است که کشور‌های مختلف به دنبال دیدار با مقامات سوریه و برقراری ارتباط با این کشور هستند و این نشان دهنده برپوزی جریان مقاومت و شکست سیاست‌های آمریکا در منطقه است، تاحدی که رئیس‌جمهوری آمریکا با وجود استعاضای وزیر دفاع خود، اعلام کرد که نیروهای نظامی این کشور از سوریه خارج می‌شوند.

وی افزود: یمن هم به لطف‌اللهی شرایط بهتری نسبت به قبل دارد و مذاکرات صلح در رابطه با آن آغاز شده و اگر این روند ادامه یابد باید گفت اوضاع به نفع مردم و انصارات است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

شهرسازی ایران گفت: تهران با یک شرکت دولتی‌ه‌ای که تمام نهادهای آموزشی و فرهنگی معرفی شده‌اند و بر این اساس، واگذاری مراکز آموزشی اتفاق افتاد کشور برای خرید سهام باشگاه استقلال و پرسپولیس‌های‌سازی در گفتگو با ایرنا تأیید کرد. وی افزود: این اتفاق خوبی است که تعالیم‌ها هم در مزایده‌ها شرکت کنند؛ چنانچه تعالیم‌ها در واگذاری برنده شوند، در شرایطی برابر با دیگران امتیازهایی ویژه برای آنها فراهم شده که در آگهی‌ها هم درج می‌شود.

رئیس سازمان خصوصی‌سازی گفت: قیمت گذاری، میزان اقساط، شرایط عمومی و اقتصادی شرکت کنندگان در میزان استقبال موثر است اما ارزیابی اولیه ما این است که مزایده‌های پربرون خواهیم داشت.به گزارش ایرنا، بحث واگذاری باشگاه‌های استقلال و پرسپولیس شهرویر اسال بطور مجدد در محافل ورزشی و رسانه‌ها مطرح شد و رئیس سازمان خصوصی‌سازی دوازدهم شهریور در نشست خبری اعلام کرد که معهود شرایط‌های مشخص وزیر ورزش و جوانان در ماه آتی به رئیس‌جمهوری خواهان واگذاری این باشگاه‌ها شده است. مشکل این واگذاری، مصوبه هیات وزیران در

مرداد ۱۳۹۴ است.

## همتی: بانک مرکزی درصدد ایجاد تعادل با بازار ارز است

ایجاد خواهد شد. به گزارش مهر، رئیس کل بانک مرکزی، در نشست خبری روز یکشنبه مشترک با وزیر امور اقتصادی و دارایی، فردا دوشنبه در نشست برسی روند واگذاری اموال مزاد بانک‌ها، سرعت همراه با دقت و سلامت را ضررهای مهم واگذاری اموال مزاد و بنگاه‌های متعلق به بانک‌ها عنوان کرد.

به گفته وی، دو موضوع به طور مستمر از وزارت اقتصاد مورد مطالبه قرار می‌گیرد، یکی بحث کلی اصلاح نظام بانکی و دیگری واگذاری اموال و دارایی‌های مازاد بانک‌ها که آنجا که به ضرر اقتصاد تأکید کرد: آنچه که باید برای بانک به عنوان بنگاهی اقتصادی مهم باشد، حفظ خود به امید فروش گران آن نیست، بلکه خود پول باید برای بانک مهم باشد؛ زیرا بانک توانایی آن را دارد که با گردش پول و کار کردن با آن، درآمدی به مراتب بیش از ملک کند. بانک

وی با مطلوب خواندن استفاده از دارایی بانک‌ها به صورت «اهرم» اضافه کرد: به طور نمونه، بانک‌ها می‌توانند ملک‌های خود در بافت‌های فرسوده را برای مسکن (انجماعی) اختصاص دهند و در این زمینه از سود

مدت کوتاهی نوسانات ارزی، مشکلاتی را برای کشور ایجاد کرد و این اتفاقات در حالی رخ داد که ۹۰درصد تجارت دنیا از طریق بانر خدمات می‌گردد.

وی با بیان اینکه محدودیت‌ها وسایات‌های تجاری، دومین چالش‌ها حوزه بندری، خروج یکجانبه آمریکا از برجام و تهدید شرکت‌ها قطع ارتباط با بنادر ایران را سومین چالش در این عرصه عنوان کرد و افزود: همچنین اعتراضات صنفی دارندگان کامیون در مراحل مختلف، چهارمین چالش ما در حوزه بنادر بود اما همه این چالش‌ها، اجازه ندادیم که معطلی (مدموراز) برای شناورها ایجاد شود.

معاون بندری و اقتصادی سازمان بنادر و دریانوردی تصریح کرد: سعی کردیم در سازمان بنادر و دریانوردی به تحقق سیاست‌های راهبردی کشور کمک کنیم و در این رابطه با ارتباط با ارائه‌ندگان خدمات بندری که در این چهار چالش با مشکل مواجه شدند، تلاش کردیم.

به گزارش فارس، یزدان سیف اظهار داشت: سرمایه‌های فیزیکی بخش حمل‌ونقل در بخش‌های جاده‌ای، ریلی و دریایی ۳۰ میلیون

میلیارد ریال در بخش حمل‌ونقل است که این غیر از تعداد کشتی‌ها است. اگر این سرمایه در بخش‌های اقتصادی منتظر آن می‌شود، حمل‌ونقل و لجستیک در تولید ناخالص داخلی را بررسی کنیم، متوجه می‌شویم که سهم ۷ درصدی بخش لجستیک و حمل‌ونقل کشور از GDP به نسبت بخش‌های صنعتی شده در این بخش اندک است.

وی افزود: مهمترین رکن رقابت‌پذیری در جوامع رکن بهره‌وری است. ما لیه تکنولوژی رکن و تنها نکته‌ای که قادر است هزینه‌های تمام شده ما را کاهش دهد، هزینه‌هایی است که هزینه مبادله ما را کاهش می‌دهد. ما گلوگاه لجستیک داریم، بنابراین قیمت تمام شده ما بالا است.

مدیرعامل شرکت مادر تخصصی بارگانی دولتی ایران با اشاره به اینکه در بخش کالاهای اساسی در ۹ ماهه اول اسال تا ۲۵ از ۱۵ میلیون تن کالا وارد کشور شده است که این مقدار نسبت به

منابع، صحت اندکی است، افزود: امروز در بخش حمل‌ونقل خصوصاً حمل‌ونقل دریایی را کرانه‌آه برای حمل ک











کشاورزی سنتی با بهره‌وری اندک، خون منابع آبی را می‌مکد. این به حالی است که با تغییر اقلیم، اکنون در روزگار کم‌آبی به سرر می‌بریم. آیا کشت هیدروپونیک می‌تواند راهکار حفظ کشاورزی در این وضعیت باشد؟ "هیدروپونیک" که به آن «آب‌کشت» هم گفته می‌شود، درواقع گونه‌ای از کشت گیاهان است که در آن با حذف خاک، پرورش گیاه در آب انجام شده و املاح و مواد مغذی هم به‌صورت کنترل شده به گیاه داده می‌شود.

در این نوع کشت لازم است فردی که از تخصص و دانش کافی برخوردار است، نیازهای غذایی گیاه را اندازه‌گیری کرده و عناصر مختلف به میزان مورد نیاز گیاه به آن برساند. همین ویژگی باعث می‌شود نتوان با روکرد سنتی که گیاه در کشت خاکی شاهد آن هستیم، در حوزه هیدروپونیک وارد شد و فعالیت کرد.

افزودن بر این، در یک گلخانه "هیدروپونیک" عواملی همچون حرارت، نور، رطوبت و حتی محلول‌دهی به گیاه از یک برنامه زمان‌بندی شده مشخص تبعیت می‌کند. این باعث می‌شود تجهیزات مختلفی برای انجام کشاورزی به‌صورت "هیدروپونیک" مورد نیاز باشند که همین مسئله سرمایه مورد نیاز برای این کار را به شکل قابل‌توجهی افزایش می‌دهد.

بازترین تخصصه کشاورزی به این شیوه کاش چشمگیر مصرف آب است و این مسئله برای کشور ما که در حوزه منابع آبی شرایط نامطلوبی دارد، از اهمیت زیادی برخوردار است.

باید اشاره داشت: آمار مختلفی از میزان مصرف آب در بخش کشاورزی منتشر می‌شود که بین ۷۰ تا بیش از ۹۰ درصد کل مصرف آب کشور متغیر است. همین نسبت برای کشوری همچون ایران که در منطقه‌ای کم‌آب و کم‌بارش واقع شده، نشان از اهمیت کاهش مصرف آب در بخش کشاورزی دارد؛ مسئله‌ای که "هیدروپونیک" می‌تواند یکی از راهکارهای حل آن باشد. از فضا اقلای که قابلیت کشت به‌صورت "هیدروپونیک" را دارند، از نظر میزان مصرف آب برمصرف به‌شمار می‌آید. گونه‌های مختلف صیفی‌جات و سبزیجات ازجمله اقلای هستند که به این شکل کشت می‌شود.

اساس شکل مددخواه متخصص حوزه کشاورزی که دکترای فیزیولوژی و اصلاح سبزی دارد، می‌گوید: کشت "هیدروپونیک" را در نظرهای حتی کوریر هم می‌توان انجام داد. این کشت برای جایی مناسب است که خاک آن دارای مشکل است. یکی از مشکلاتی هم که در ایران داریم، مربوط به خاک است که اصطلاحا شور بوده و همچنین گریبات آن بالا است. مددخواه اظهار می‌کند: در کشت "هیدروپونیک" از بسترهای مانند "گروکویت" و پشم‌شیشه استفاده می‌شود. این محیط‌ها خنثی هستند و امکان مانور دادن در تغذیه گیاه را به کشاورز می‌دهند. مثلا کشاورز می‌تواند پتاسیم را افزایش دهد... که این کار را در مورد کشت خاکی نمی‌توان انجام داد. وی با اشاره به مشکلات آبی که اکنون کشور با آن مواجه است، می‌گوید: می‌توان

برای صرفه‌جویی در بخش کشاورزی از کشت "هیدروپونیک" استفاده کرد. در این کشت می‌توان آبی را که از زه‌کش خارج می‌شود، مجدداً مورد استفاده قرار داد. این آب در پایان کشت همچنان دارای یک سری املاح است که می‌توان آن‌ها را تجزیه کرد و اگر عاصری در آن دچار کاهش شده، آن‌ها را وارد آب کرده و دوباره از همان آب استفاده کرد.



مددخواه در این رابطه اضافه می‌کند: این آب در سیستمی بسته قرار دارد و حتی بین چهار تا پنج ماه هم مورد استفاده قرار می‌گیرد و کشاورز فقط باید مطمئن باشد آلودگی وارد آب نشده باشد. البته آلودگی‌ها را با استفاده از گاز اوزون از بین می‌برند، اما املاحی که وارد آب شده، همچنان در آن باقی می‌ماند.

وی در ادامه می‌گوید: کشت "هیدروپونیک" حدود ۷۰ درصد بهره‌وری آب را افزایش می‌دهد. همچنین در مصرف کود صرفه‌جویی زیادی می‌شود. قیمت کود گران است اما در سیستم کشت بسته مجدداً از آن استفاده می‌شود. این کار باعث می‌شود کود شیمیایی کمتری وارد محیط شود. در این سیستم، آلودگی‌های قارچی وجود ندارد، زیرا بستر کشت کاملاً استریل است و به این صورت مصرف قارچ‌کش کاهش می‌یابد. این متخصص قارچ‌کش کاهش می‌دهد و این بخش را به یک متخصص کشاورزی با برشمردن یکی دیگر از مزیت‌های کشت هیدروپونیک اظهار می‌دارد: بذریه‌ای که مورد استفاده قرار می‌گیرد، خیلی گران است. برای نمونه یک بذر گوجه‌فرنگی بین ۱۰۰۰ تا ۱۵۰۰ تومان فروخته می‌شود. در حالی که اگر این بذر در خاک کشت شود، امکان از بین رفتن آن وجود دارد. در مقیاس گسترده که کشاورزان می‌خواهند ۵۰ هزار بذر بکارند، حداقل ۵۰ میلیون تومان هزینه بذر آن‌هاست. آن‌ها مطمئن دارند که در نظر دانشی هیدروپونیکسک آلودگی وجود ندارد و بذر آن‌ها تبدیل به گیاهچه می‌شود

مددخواه هزینه تمام شده محصول کشت شده به روش هیدروپونیک را نسبت به کشت خاکی کمتر دانسته و می‌گوید: در کشور هلند در یک گلخانه مجهز، از هر هکتار نزدیک به هزار تن گوجه فرنگی برداشت می‌کنند. این در حالی است که در گلخانه‌های خاکی ما که نمونه آن در جیرفت قرار دارد، این عدد به ۱۵۰ تا ۲۰۰ تن کاهش می‌یابد. این افزایش برداشت باعث جبران



هزینه‌ها می‌شود. هیدروپونیک حداقل بین چهار تا پنج برابر تولید محصول را افزایش دهد. این تخصصی حوزه کشاورزی می‌افزاید: گاهی در محیط گلخانه، گیاهان را به‌صورت عمودی رشد می‌دهند، تراکم گیاه در سطحی یکسان بین سه تا پنج برابر مزرعه‌ای است که در آن گیاه به‌صورت خاکی کشت شده است. وی همچنین درباره مشکلات مختلف کشت هیدروپونیک‌گونه‌های می‌کند: "گوکویت" که یکی از بسترهای کشت هیدروپونیک است، وارد نمی‌شود یا اینکه گران وارد می‌شود. از آنجایی که بیشتر نهاده‌های این نوع کشت وارداتی است، اکنون در این رابطه مشکلات وجود دارد. مددخواه این‌گونه ادامه می‌دهد: بذریه‌ای که در کشت هیدروپونیک استفاده می‌شود، همگی اصالح شده و وارداتی هستند. اکنون در زمینه تأمین آب و کود مواجهیم. شرکت‌هایی که در زمینه واردات بذر فعالیت می‌کنند، اظهار می‌کنند که محموله‌هایشان در گمرک مانده است. وی در پاسخ به اینکه چرا این بذرها در داخل کشور تولید نمی‌شود، می‌گوید: تولید این بذرها دارای یک فرآیند هزینه‌بر است، به‌طوری کشت شود، امکان از بین رفتن آن وجود دارد. در مقیاس گسترده که کشاورزان هم عادت کرده‌اند که از بذر خارجی استفاده کنند، زیرا هزینه کمتری دارد. این‌گونه نیست که در نظر دانشی برای تولید بذر مشکل داشته باشیم، اما امکانات لازم در اختیارمان قرار ندارد.

## اقتصادی

# هیدروپونیک؛کشاورزی متفاوت

مددخواه درباره گسترش این نوع کشت در ایران می‌گوید: اکنون در شهرهای کرج، هشتگرد، اصفهان و یزد گلخانه‌هایی وجود دارند که به‌صورت هیدروپونیک محصولات کشاورزی را پرورش می‌دهند.

سعیدرضا وصال عضو هیات علمی پژوهشکده علوم گیاهی دانشگاه فردوسی مشهد با اشاره به اینکه کشور ما کشوری خشک و نداشتنه و کاهش بارندگی‌ها هم مزید بر علت شده و راندمان تولید را کاهش داده است.

وی عنوان می‌کند: کشت هیدروپونیک چیزی نیست که سه سایقه باشد و سوابق آن به سال ۱۹۲۰ باز می‌گردد. در آن سال‌ها به جهت محدودیت‌ها این تکنیک پیشرفت زیادی نکرد. از سال ۱۹۹۰ محققان تمرکز زیادی بر این روش انجام دادند و کشت هیدروپونیک طی یک دهه پیشرفت‌های زیادی داشته است.

نامبرده می‌افزاید: یکی از تحولاتی که موجب افزایش اقبال به توسعه این کشت شد، توسعه صنایع و محصولات پلاستیکی بوده است. در گذشته از محصولات فلزی برای این منظور استفاده می‌شد که هزینه تولید در آن را بسیار بالا می‌برد اسما از زمانی که تولید محصولات پلاستیکی افزایش یافت و قیمت آن هم رو به کاهش نهاد، این نوع کشت مقرون به صرفه تر شد و این موجب شد این روش کاملاً صرفه اقتصادی داشته باشد.

وی خاطر‌نشان می‌کند: در مجموع این شیوه



نیمه خشک بوده که باید در این فضا قدر آب را دانست، اظهار می‌دارد: در این کشور کشاورزی سنتی دیگر پاسخگو نبوده و بسیاری از رودخانه‌ها و چشمه‌ها در حال خشک شدن است و سطح آب‌های زیرزمینی هم با افت زیادی همراه بوده است.

وی ادامه می‌دهد: در حال حاضر جامعه‌ای به خصوص در دشت مشهد حفر می‌شود که بیش از ۲۰۰ متر عمق دارد و این به معنای آن است که آبی باقی نمانده و اگر این روند ادامه

باشد که این مسائل بر کیفیت آن اثرگذار است. بحران آبی نشود؛از این رو باید برای این آینده چاره‌ای اندیشید. وصال تصریح می‌کند:از سوی دیگر کیفیت آب هم در حال کاهش است و هر قدر آب بیشتری از چاه‌ها برداشت شود، املاح آب‌های زیرین بیشتر خواهد بود و اصطلاحاً EC آن افزایش خواهد داشت. ما با دو بحران کمیت و کیفیت رو به رو هستیم. همچنین به جهت اینکه کشت‌های آبی انجام داده‌ایم، املاح آب در خاک ته‌نشین شده و خاک‌ها هم شور شده است و بسیاری از این خاک‌ها قابلیت زراعی خود را نداشته و کاهش بارندگی‌ها هم مزید بر علت شده و راندمان تولید را کاهش داده است.

وی عنوان می‌کند: کشت هیدروپونیک چیزی نیست که سه سایقه باشد و سوابق آن به سال ۱۹۲۰ باز می‌گردد. در آن سال‌ها به جهت محدودیت‌ها این تکنیک پیشرفت زیادی نکرد. از سال ۱۹۹۰ محققان تمرکز زیادی بر این روش انجام دادند و کشت هیدروپونیک طی یک دهه پیشرفت‌های زیادی داشته است.

نامبرده می‌افزاید: یکی از تحولاتی که موجب افزایش اقبال به توسعه این کشت شد، توسعه صنایع و محصولات پلاستیکی بوده است. در گذشته از محصولات فلزی برای این منظور استفاده می‌شد که هزینه تولید در آن را بسیار بالا می‌برد اسما از زمانی که تولید محصولات پلاستیکی افزایش یافت و قیمت آن هم رو به کاهش نهاد، این نوع کشت مقرون به صرفه تر شد و این موجب شد این روش کاملاً صرفه اقتصادی داشته باشد.

وی خاطر‌نشان می‌کند: در مجموع این شیوه

عضو هیات علمی پژوهشکده علوم گیاهی دانشگاه فردوسی مشهد با تاکید بر اینکه باید کشت محصولات به این روش اقتصادی باشد، تصریح می‌کند: به عنوان نمونه در برخی گلخانه‌ها با استفاده از این روش در سال ۷۵۰ تن در هکتار گوجه فرنگی تولید می‌شود تن در هکتار گوجه فرنگی تولید می‌شود. در صورتی که کشاورز ما با روش سنتی و مصرف آب بالا و کمپوست پایین و مشکلاتی بسیار شاید ۲۰ تن تولید گوجه فرنگی در همین مدت داشت باشد.

وی درباره مزیت‌ست های این روش برای کاهش مصرف آب می‌افزاید: بسته به نوع سیستمی که گلخانه دار از آن استفاده می‌کند، این امر متغیر است و باز هم بسته به روش سنتی بسیار کاهش مصرف آب را به دنبال خواهد داشت. ما باید مصرف آب را به ازای محصولی که در واحد تولید می‌شود، مقایسه کنیم. این شرایط در مناطق مختلف تأثیر متفاوتی دارد. به طور کلی می‌توان گفت مصرف آب در این روش ۷۰ تا ۸۰ درصد نسبت به تولید می‌توان صرفه جویی در مصرف آب داشت.

ادامه دارد

شنبه یکم دی ۱۳۹۷ - ۱۴ ربیع‌الثانی ۱۴۴۰ - ۲۲ دسامبر ۲۰۱۸ - سال نود و سوم - شماره ۲۷۷۷

## سه‌م بخش تعاون در اقتصاد ملی

هرآنچه در مورد سه‌م بخش تعاون در اقتصاد ملی در شرایط کنونی عنوان می‌شود، بر مبنای گمانه‌زنی‌ها است و برای تعیین دقیق این سه‌م، نیاز به استفاده از روش‌ها و پژوهش‌های علمی و تأیید مرکز آمار ایران است. با این حال بسیاری از دانش‌پژاران بر این باورند که هم اکنون برپایه آمارهای موجود سه‌م بخش تعاون در اقتصاد ملی بین شش تا هشت درصد است.

به گزارش ایسنا، بدون در دست داشتن آمار کافی، دقیق و به‌هنگام، سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اتخاذ راهکارهای مناسب در شرایط و مسایل مختلف ممکن نیست. در حقیقت آمار و اطلاعات شفاف و به‌روز، برنامه‌ریزی و مدیریت، سه حلقه توسعه به‌شمار می‌روند که کمک بزرگی به تصمیم‌گیری‌ها و تصمیم‌سازی‌ها در سطوح کلان می‌کنند و در ترسیم چشم‌انداز آینده موثرند.

امروز دانایی بشتر منوط به داده‌ها و اطلاعاتی است که ماهیت سمت وسوی حرکت بشر را به طور کامل تغییر می‌دهند و بی تردید در دنیای امروزی یکی از شاخص‌های ارزیابی توسعه کشورها، داشتن نظام و فرایند کمی و کیفی فعالیت‌های آماری است و تفسیر، پردازش و تحلیل داده‌ها به عنوان پایه‌های آمار و اطلاعات از طریق تکنیک‌های آماری صورت می‌گیرد.

در روزهای گذشته معاون تعاون وزارت تعاون، کار و رفاه اجتماعی بر ضرورت حساسیری از شرکت‌های تعاونی تأکید کرد و نبود آمار قابل اتکا، را یکی از چالش‌های بخش تعاون کشور برشمرد؛ موضوعی که رئیس اتاق تعاون ایران هم نسبت به آن گلمند است.

بهمن عبدللیی از نبود آمار و اطلاعات به‌روز و شفاف به عنوان یکی از نواقص اقتصاد غیردولتی در کشور یاد کرده و می‌گوید: با وجود آن که بیش از ۱۸۰هزار تعاونی در کشور در گرایش‌های متعددی مشغول فعالیت هستند ولی آماری که عملکرد و فعالیت آن‌ها را به طور دقیق و شفاف نشان بدهد، در دست نیست. به اعتقاد وی، بخش اعظمی از مشکلات تعاونی‌ها ناشی از اجرای ناصحیح اصل ۴۴در بخش اقتصاد غیردولتی به ویژه تعاون است. رئیس اتاق تعاون ایران به دلیل ائندامی‌های و ظرفیت‌های بالای شبکه تعاونی‌ها در رشد و توسعه اقتصادی، تولید داخلی، خلق فرصت‌های شغلی و تحقق عدالت اجتماعی تأکید دارد که سه‌م بخش تعاون در اقتصاد و حساب‌های ملی باید پایش و استخراج شود.
اتاق‌های بازرگانی و تعاون موظفند اطلاعات جامعه آماری خود را کامل کرده، فهرست ملی تشکل‌های اقتصادی را تهیه و در اختیار دستگاه‌های دیگر قرار بدهند.در قانون اساسی و افق ۲۰ساله نظام که در سال ۱۴۰۴ به پایان می‌رسد، مقرر شده تعاونی‌ها ۲۵درصد از مسئولیت اقتصاد کشور را در دست گیرند ولی این رقم در حال حاضر در حدود هشت درصد است و اگر مضمم هستیم تا سال ۱۴۰۴که زمان زیادی به آن نمانده سه‌م ۲۵درصدی تعاونی‌ها محقق شود، باید نیمی از سرمایه‌گذاری‌هایی که در کشور در حال انجام است، در بخش تعاونی‌ها باشد.

با توجه به اهمیت بنگاه‌های تعاونی در اقتصاد کشور و توسعه این بنگاه‌ها در سال‌های اخیر و همچنین هدفگذاری ۲۵درصدی سه‌م تعاون در اقتصاد ملی، ضرورت پایش عملکرد اقتصادی کشور برای چگونگی دستیابی به اهداف پیش‌بینی‌شده امری ضروری و تهیه حساب تعاون در ادوار زمانی مشخص امری اجتناب ناپذیر و الزامی است.
الیه در گذشته فعالیت‌هایی در زمینه تعیین سه‌م بخش تعاون در کشور صورت گرفته که مهمترین آن طی سال‌های ۱۳۷۱ تا ۱۳۷۵ بوده است. در ایس دوره با اجرای یک طرح مطالعاتی اقدام به جمع آوری اطلاعات اقتصادی تعاونی‌ها در مقیاس محدود و متعاقب آن برآورد سه‌م تعاون در اقتصاد ملی به میزان ۲/۸درصد شد. همچنین در سال ۱۳۸۸مطالعه‌ای توسط یک شرکت مشاور با استفاده از مدل‌های اقتصادسنجی و با درنظر گرفتن مفروضاتی صورت گرفت که بر اساس پیش‌فرض های درنظر گرفته شده، سه‌م تعاون به نرخ ثابت سال ۱۳۷۶حدود ۸درصد برآورد شد.

به اعتقاد صاحب‌نظران ریشه بسیاری از ناکامی‌های بخش تعاون را باید در عدم نهادهی شدن فرهنگ تعاون، نگاه تبعیض آمیز نسبت به فعالیت‌های بخش خصوصی و تعاونی، عدم واگذاری‌های پیش‌بینی شده در قانون به بخش تعاون، عدم باور و اعتماد به کارکردها و ظرفیت‌های بالای تعاون و عدم حمایت تشکیکی به بخشی از تعاونی‌ها دانست. به نظر می‌رسد تا زمانی که نگرش مسئولان نسبت به بخش تعاون به عنوان یکی از سه رکن اقتصاد کشور تغییر نکند، نمی‌توان در تحقق این راهبرد و نیاز اساسی جامعه موفق بود.

<p><b>آگهی دعوت مجمع عمومی فوق‌العاده شرکت کسترش شیر سازی سهامی خاص شماره ثبت ۸۹۲۷۵ و شناسه ملی ۱۰۱۰۱۳۶۶۲۲</b></p> <p>بدین وسیله از کلیه سهامداران شرکت دعوت می‌شود تا در جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده در ساعت ۱۰ روز شنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۱/۱۵ در محل قانونی شرکت واقع در تهران بلوار میرداماد، خیابان کارون شمالی، خیابان نیک‌ایر پلاک ۵ برگزار می‌گردد، حضور به هم رسانند.</p> <p><b>دستور جلسه:</b> ۱- تغییر اصلاح اساسنامه. ۲- سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عموم می‌باشد.</p> <p><b>هیات مدیره شرکت</b></p>
--

<p><b>بانک ملت</b></p> <p><b>بنام ایزد یکتا</b></p> <p><b>به شماره ثبت<span> </span>: ۱۹۲۷۹۶ - شناسه ملی ۱۰۱۰۲۳۴۷۳۲۱</b></p> <p><b>آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق‌العاده صاحبان سهام (نوبت دوم)"</b></p>	<p><b>بنام ایزد یکتا</b></p> <p><b>پارس آریان</b></p>
---	---

نظر به اینکه جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده صاحبان سهام شرکت سرمایه گذاری پارس آریان (سهامی عام) در ساعت ۲۰:۰۰ روز یکشنبه ۱۳۹۷/۰۴/۳۱ بدلیل عدم حضور اکثریت سهامداران، به حد نصاب قانونی نرسید و رسمیت نیافت در رعایت ماده ۸۴ لایحه اصلاحی قانون تجارت، از سهامداران محترم دعوت می‌شود در جلسه مجمع عمومی فوق‌العاده صاحبان سهام (نوبت دوم) شرکت سرمایه گذاری پارس آریان (سهامی عام) که راس ساعت ۱۰:۰۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۱/۱۲ در محل دانشگاه خاتم واقع در تهران، خیابان ملاصدرا، خیابان شیرازی شمالی، خیابان حکیم اعظم، پلاک ۳۰ تشکیل می‌گردد حضور به هم رسانند. بدینوسیله از سهامداران گرامی، وکلا یا نمایندگان قانونی محترم آنان دعوت بعمل می‌آید جهت اخذ برگ ورود به جلسه از تاریخ ۱۳۹۷/۰۱/۰۹ تا پایان وقت اداری روز ۱۳۹۷/۰۱/۱۱ با در دست داشتن اصل برگ سهام و مدارک شناسائی، وکالتنامه یا برگ نمایندگی معتبر به آدرس امور سهام شرکت واقع در تهران، خیابان آفریقا، بالاتر از چهارراه جهان کودک، نرسیده به میرداماد، نبش کوچه سپیدار، پلاک ۶۱، طبقه اول مراجعه فرمایند.

**دستور جلسه:**

۱- تصویب اساسنامه جدید شرکت به منظور انطباق با ضوابط سازمان بورس و اوراق بهادار

۲- سایر موارد

## هیات مدیره شرکت سرمایه گذاری پارس آریان (سهامی عام)

<p><b>بانک ملت</b></p> <p><b>بنام ایزد یکتا</b></p> <p><b>به شماره ثبت<span> </span>: ۱۹۲۷۹۶ - شناسه ملی ۱۰۱۰۲۳۴۷۳۲۱</b></p> <p><b>آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی سالیانه صاحبان سهام (نوبت دوم)"</b></p>	<p><b>بنام ایزد یکتا</b></p> <p><b>پارس آریان</b></p>
---	---

نظر به اینکه جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت سرمایه گذاری پارس آریان (سهامی عام) در ساعت ۱۰:۰۰ روز یکشنبه ۱۳۹۷/۰۴/۳۱ بدلیل عدم حضور اکثریت سهامداران، به حد نصاب قانونی نرسید و رسمیت نیافت در رعایت ماده ۸۷ لایحه اصلاحی قانون تجارت، از سهامداران محترم دعوت می‌شود در جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه (نوبت دوم) شرکت سرمایه‌گذاری پارس آریان (سهامی عام) که راس ساعت ۹:۳۰ روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۱/۱۲ در محل دانشگاه خاتم واقع در تهران، خیابان ملاصدرا، خیابان شیرازی شمالی، خیابان حکیم اعظم، پلاک ۳۰ تشکیل می‌گردد حضور به هم رسانند. بدینوسیله از سهامداران گرامی، وکلا یا نمایندگان قانونی محترم آنان دعوت به عمل می‌آید جهت اخذ برگ ورود به جلسه از تاریخ ۱۳۹۷/۰۱/۰۹ تا پایان وقت اداری روز ۱۳۹۷/۰۱/۱۱ با در دست داشتن اصل برگ سهام و مدارک شناسائی، وکالتنامه یا برگ نمایندگی معتبر به آدرس امور سهام شرکت واقع در تهران، خیابان آفریقا، بالاتر از چهارراه جهان کودک، نرسیده به میرداماد، نبش کوچه سپیدار، پلاک ۶۱، طبقه اول مراجعه فرمایند.

**دستور جلسه:**

- استماع گزارش‌های هیات مدیره در خصوص عملکرد سال های مالی منتهی به ۱۳۹۵/۱۲/۲۹ و ۱۳۹۶/۱۲/۲۹
- استماع گزارش های حسابرسان و بازرسان قانونی سال های مالی منتهی به ۱۳۹۵/۱۲/۳۰ و ۱۳۹۶/۱۲/۲۹
- بررسی و تصویب صورت های مالی سال های مالی منتهی به ۱۳۹۵/۱۲/۳۰ و ۱۳۹۶/۱۲/۲۹
- تصویب میزان سود قابل تقسیم سال های مالی منتهی به ۱۳۹۵/۱۲/۳۰ و ۱۳۹۶/۱۲/۲۹
- تصویب میزان پاداش و جبران خدمت اعضای هیات مدیره برای سال های مالی منتهی به ۱۳۹۵/۱۲/۳۰ و ۱۳۹۶/۱۲/۲۹
- انتخاب بازرسان اصلی و علی‌البدل و جبران خدمت آن ها برای سال مالی منتهی به ۱۳۹۷/۰۱/۰۹
- تعیین روزنامه گذیرالانتشار جهت درج آگهی‌ها برای شرکت برای سال مالی منتهی به ۱۳۹۷/۱۲/۲۹

۸. سایر مواردی که در صلاحیت مجمع عمومی عادی سالیانه باشد.

## هیات مدیره شرکت سرمایه گذاری پارس آریان (سهامی عام)

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی

## اقتصادی



























اخبار کوتاه داخلی

**جام جهانی ۲۰۱۹ کشتی فرنگی در ایران بر برگزار می‌شود** به گفته دبیر فدراسیون کشتی، میزبانی ایران در جام جهانی ۲۰۱۹ کشتی فرنگی تقریباً قطعی است؛ وی تأکید کرد که منتظر ثبت میزبانی ایران در تقویم اتحادیه جهانی کشتی هستیم.به گزارش خبرگزاری مهر، رضا لایق با بیان اینکه ایران و روسیه کاندیدای میزبانی جام جهانی کشتی آزاد در سال ۲۰۱۹ میلادی هستند، گفت: ما آمادگی کامل برای میزبانی را داریم و حتی نماینده اتحادیه جهانی برای بازدید از امکانات به کشورمان سفر کرد و شرایط ما را نیز تأیید کرد. وی تصریح کرد: اتحادیه جهانی کشتی پس از بررسی تقاضاهای کشورها، اواخر اسفندماه را برای زمان میزبانی جام جهانی کشتی آزاد تعیین کرد که پیشنهاد ایران نیز همین زمان بود. دبیر فدراسیون کشتی در پایان خاطرنشان کرد: میزبانی روسیه در جام جهانی کشتی آزاد هنوز در تقویم اتحادیه جهانی ثبت نشده است و ما باز هم این موضوع را از راههای مختلف از اتحادیه جهانی پیگیری می کنیم.

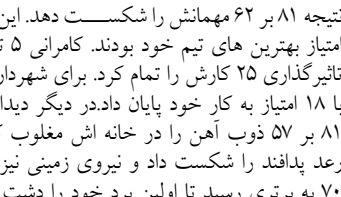
**دومین پیروزی امیدهای ایران مقابل سوریه**

تیم فوتبال امید ایران در دومین دیدار دوستانه مقابل تیم امید سوریه به پیروزی رسید.به گزارش خبرگزاری فارس، تیم فوتبال امید ایران در دومین دیدار دوستانه سوریه در دومین دیدار دوستانه در ورزشگاه المپیک کیش به مصاف کدیکور رفتند.این دیدار با پیروزی ۳ بر یک تیم امید کشورمان به پایان رسید.قضاوت این بازی برعهده رضا کرمانشاهی بود.دقیقه ۱۹ فارس آلارانت از زوی نقطه پناتی گل اول سوریه را به ثمر رساند.ماوید نامداری روی کرنر ارسال از جناح چپ با ضربه سر گل تساوی را به ثمر رساند.دقیقه ۵۹ کرنر ارسالی رزاق پور را آرتا با ضربه سر به گل تبدیل کرد.دقیقه ۸۰ محمدرضا آزادی در موقعیت تک تک به گرت قرار گرفت و توانست گلزنی کند.در اولین بازی دوستانه ایران موفق شد سوریه را با نتیجه دو بر صفر شکست دهد.

با پیروزی ۳ بر یک تیم امید کشورمان به پایان رسید.قضاوت این بازی برعهده رضا کرمانشاهی بود.دقیقه ۱۹ فارس آلارانت از زوی نقطه پناتی گل اول سوریه را به ثمر رساند.ماوید نامداری روی کرنر ارسال از جناح چپ با ضربه سر گل تساوی را به ثمر رساند.دقیقه ۵۹ کرنر ارسالی رزاق پور را آرتا با ضربه سر به گل تبدیل کرد.دقیقه ۸۰ محمدرضا آزادی در موقعیت تک تک به گرت قرار گرفت و توانست گلزنی کند.در اولین بازی دوستانه ایران موفق شد سوریه را با نتیجه دو بر صفر شکست دهد.

**عبادی: می‌خواهم در فینال قهرمانان آمریکا نیز بزنم**
ملی پوش تیرروکمان در رشته کامپوند گفت: تمام تلاشم بر این است که در مرحله پانانی جام جهانی داخل سالن تیرروکمان که در لاس وگاس آمریکا برگزار می شود، در جمع ۱۶ نفر برترس قرار بگیرم و در فینال قهرمان قهرمانان شرکت کنم.اسماعیل عبادی در گفت وگو با ایسنا، درباره حضورش در مرحله فینال جام جهانی داخل سالن تیرروکمان که به‌همان نام وگاس آمریکا برگزار خواهد شد، افزود: ایزد امان برای این که بتوانم ویروا آمریکا را برای شرکت در مرحله پانانی جام جهانی داخل سالن تیرروکمان را به موقع دریافت کنم و همانند سال گذشته با مشکل مواجه نشوم، از طریق سفارت آمریکا در ارمنستان یکماه زودتر اقدام کردم تا مشکلی برای اعزام به آمریکا نداشته باشم.

**پایان هفته ششم لیگ بر تر و اولین برد تیروی زمینی**
در یکی از دیدارهای هفته ششم لیگ برتر شیمیدر برابر نهردرای گران به برتری رسید. به گزارش ایسنا، در این مسابقه شیمیدر تهران میزبان نهردرای گران بود و توانست با درخشش مهدی کامرانی و محمد جمشیدی با نتیجه ۸۱ بر ۶۲ مهاجمان را شکست دهد. این دو بازیکن با کسب ۲۲ امتیاز بهترین های تیم خود بودند. کامرانی ۵ توپ ریایی هم داشت و با تاناکاگاری ۲۵ کارش را تمام کرد. برای نهردرای گران نیز امیر صمدی ۱۸ امتیاز به خود پایان داد.در دیگر دیدارهای این هفته پرتویشمی ۸۱ بر ۵۷ توپ آهن را در خانه اش مغلوب کرد، نفت آبادان با ۹۱ بر ۲۹ به بردافتن را شکست داد و تیروی زمینی نیز برابر آویژه صنعت ۷۹ بر ۷۰ به برتری رسید تا اولین برد خود را دشت کرده باشد.



نتیجه ۸۱ بر ۶۲ مهاجمان را شکست دهد. این دو بازیکن با کسب ۲۲ امتیاز بهترین های تیم خود بودند. کامرانی ۵ توپ ریایی هم داشت و با تاناکاگاری ۲۵ کارش را تمام کرد. برای نهردرای گران نیز امیر صمدی ۱۸ امتیاز به خود پایان داد.در دیگر دیدارهای این هفته پرتویشمی ۸۱ بر ۵۷ توپ آهن را در خانه اش مغلوب کرد، نفت آبادان با ۹۱ بر ۲۹ به بردافتن را شکست داد و تیروی زمینی نیز برابر آویژه صنعت ۷۹ بر ۷۰ به برتری رسید تا اولین برد خود را دشت کرده باشد.

## کلاتری: تعهدات پاریس به مراتب کمتر از تعهدات قانونی کشورمان است

رئیس سازمان حفاظت محیط زیست درمورد مخالفت این سازمان با موضوع انتقال آب بدون بررسی کارشناسی و «معاهده پاریس» و مخالفت برخی با آن توضیحاتی ارائه کرد.

به گزارش ایسنا، عیسی کلاتری در دیدار با نمایندگان هیات مدیره شبکه ملی سخن های زیست محیطی، گفت: عدلای می گویند عضویت در معاهده پاریس باعث عقب افتادگی کشور، عدم توسعه و موجب فقر و بدبختی می شود، درصورتی که قضیه راکم برعکس است و وقتی با عدد و رقم با این افراد صحبت می شود، خود را کنار می کشند.

وی با بیان این طوق قرارداد پاریس با معاهده ۱۹۰دصد کاهش کربن داشته.بیشم که حدود ۷۲میلیون تن است، ادامه داد: طبق قانون برنامه

رئیس بیمارستان شهدای تجریش گفت: این بیمارستان ۳۲ساله بالغ بر ۶هزار وورودی به اورژانس دارد و روزانه حدود ۱۰۰۰ بیمار به درمانگاه های بیمارستان مراجعه می کند.

به گزارش مهر، محمد مهدی فروزان فر، اظهار کرد: بیمارستان شهدای تجریش به غیر از تخت های ویژه حدود ۲۸۰تخت مصوب دارد و این تخت ها هم به بالی ۵۵دصد شریب اشغال دارد.وی با اشاره به نقش مثبت مشارکت پرسنل در افزایش بهره وری بیمارستان، تأکید کرد: تمامی اعضا با پرسنل تا بهترین بیمارستان باید در بهره وری شریک شوند.رئیس بیمارستان شهدای تجریش درباره پیامدهای سهمی شدن پرسنل در سود بیمارستان توضیح داد: این اقدام هیچ در راستای افزایش بهره وری است و دگر می کنیم نتیجه خوبی هم داشته باشد، زیرا این موضوع در افراد این روحیه را ایجاد می کند که محیطی که در آن کار می کنند متعلق به خودشان است.

وی درباره وضعیت عمرانی ساختمان جدید بیمارستان جدید تجریش توضیح داد: این بیمارستان با ۱۵هصد مترمربع زیربنای پزشکی داشته و آمبولواریم در سال ۹۴به بهره برداری برسد.

رئیس بیمارستان شهدای تجریش ادامه داد: بیمارستان شهدای تجریش بیمارستانی است با ساختار قدیمی که با بازسازی زیاد در ساختمانهای مواجه است، به همین

دستورالعمل های بهداشتی را رعایت می کند.
سبب کاهش قابل ملاحظه موارد آهمن و کم خونی در کشور شده است.
وی تأکید کرد: افزون ویتامین D علاوه بر آهن و اسید فولیک در اولویت برنامه های دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت قرار دارد و بودی اجرایی می شود.
براساس گزارش دید، در این نشست بررسی نمی سازی از این ویتامینD اظهار کرد:اجرای برنامه ملی سلامت سازی از این و اسید فولیک دستاوردهای قابل توجهی داشته و به همین

طبق اعلام رئیس سرطان آمریکا، مصرف الکل با ابتلا به سرطان ها دهان، گلو، تارهای صوتی، مری، کبد، روده، رکتوم (مقعد) و سینه مرتبط است.
به گزارش مهر، طبق گزارش این انجمن هر قدر میزان مصرف الکل بیشتر باشد ریسک ابتلا به سرطان هم بیشتر می شود.
به گفته محققان الکل به شیوه های زیر بر بدن تأثیر گذاشته و ریسک ابتلا به سرطان را افزایش می دهد:
– الکل به بافت های بدن آسیب می رساند.

## مصرف الکل ریسک ابتلا به سرطان را افزایش می دهد

طبق اعلام رئیس سرطان آمریکا، مصرف الکل با ابتلا به سرطان ها دهان، گلو، تارهای صوتی، مری، کبد، روده، رکتوم (مقعد) و سینه مرتبط است.
به گزارش مهر، طبق گزارش این انجمن هر قدر میزان مصرف الکل بیشتر باشد ریسک ابتلا به سرطان هم بیشتر می شود.
به گفته محققان الکل به شیوه های زیر بر بدن تأثیر گذاشته و ریسک ابتلا به سرطان را افزایش می دهد:
– الکل به بافت های بدن آسیب می رساند.

## ورزشی

# بیمه رازی اردبیل قهرمان کشتی فرنگی باشگاه های جهان شد



تیم بیمه رازی اردبیل قهرمان پنجمین دوره رقابت های کشتی فرنگی جام باشگاه های جهان شد. به گزارش روابط عمومی فدراسیون کشتی، پنجمین دوره رقابت های کشتی فرنگی جام باشگاه های جهان روزهای ۲۹ و ۳۰ آذرماه بسا حضور ۶ تیم خارجی ترکیه، روسیه، گرجستان، اوکراین، صربستان، قرقیزستان و تیم های بیمه رازی اردبیل، سیانصنعت ایذه و شهدای مدافع حرم اردبیل در سالن شش هزار نفری رضا زاده شهر اردبیل برگزار شد و در پایان تیم بیمه رازی اردبیل در دیدار فینال با نتیجه ۸ بر ۲ از سسد نماینده کشور روسیه گذشت و به عنوان قهرمانی رسید.در دیدار رده بندی نیز تیم سینا صنعت ایذه با نتیجه ۶ بر ۴ نماینده کشتی ترکیه را مغلوب کرد و سوم شد.
به بندی تیمی این مسابقات به شرح زیر است:
۱- بیمه رازی اردبیل ۲- روسیه ۳- سیانصنعت ایذه ۴- ترکیه ۵- گرجستان ۶- شهدای مدافع حرم اردبیل ۷- اوکراین ۸- صربستان ۹- قرقیزستان
نتایج انفرادی دیدار فینال به شرح زیر است:بیمه رازی اردبیل ۸- روسیه ۲ ۵۵کیلوگرم:الدانیز عزیزلی، برنده – ویتالی کابالویف (۹-۱) ۶۰کیلوگرم: مهرداد مردانی، برنده – ایلدوس یاماکو(۸-۳) ۶۳کیلوگرم: سمامان عبدولی، برنده – جامبولات لوکاتیف (۸-۸) ۶۷کیلوگرم: محمد الیاسی – ماکسیم سورکوف، برنده (۱-۱) ۷۲کیلوگرم: برومند اصلان– دنیس مورتازین، برنده (۱-۰) ۷۷کیلوگرم: پژمان پشنام، برنده – دمتری پتایکین (۶-۰) ۸۲کیلوگرم: سعید عبدولی، برنده – گادجی مراد جال اف (۵-۵) ۸۷کیلوگرم: رامین طاهری، برنده – یوگنی سالیف (۵-۰) ۹۷کیلوگرم: مهدی علیری، برنده – مورات لوکایف (کشتی نگرفت) ۱۲۰کیلوگرم: سرگنی سمینوف، برنده – واسیلی پارشین (۵-۰) صفر ضربه فنی)
نتایج انفرادی دیدار رده بندی به شرح زیر است:سینا صنعت ایذه ۶- ترکیه ۴ ۵۵کیلوگرم: پویا ناصرپور، برنده – امروه اوزتورک (۲-۱) ۶۰کیلوگرم: مهدی محسن نژاد، برنده – همت رستم (۵-۰) صفر ضربه فنی) ۶۳کیلوگرم: محمدجواد رضایی – عبدالرحمان

آخر پروتکل های جدید خود را حضور سرزده مأموران ضدویدئو غیبت داشت تا زنگ خطری برای او به صدا دربیاید.
دوینتگاهای میشت پرتعداد در المپیک های ۲۰۰۸ و ۲۰۱۲ و رشته وزن برداری باعث شد تا این رشته در آستانه حذف از المپیک توسط IOC قرار بگیرد. فدراسیون جهانی وهر برداری هم برای جلوگیری از این اتفاق به توافقن IOCداد بسا کنترل دقیق دوینتگ جلوی تکرار این رسوایی را در دوره های بعدی المپیک بگیرد، در همین راستا IWF با کسب

محمدرضا براری و چند تن دیگر از این وزنه برداران که در دسترس سرزده در کمپ تیمهای ملی بودند، حاضر شدند و از وزنه بردارانی که در حال تمرین بودند، تست گرفتند. کیانوش رستمی،

## وداع با پیکرهای مطهر شهدای تازه تفحص شده دفاع مقدس

زیست باشد.
رئیس سازمان حفاظت محیط زیست با بیان این که با انتقال دادن یاد آندادن آب بدون نتیجه و بررسی کارشناسی مخالف است، افزود: مصرف آب در حوزه کشاورزی و بررسی و مدیریت شود، در حوزه صنعت معترضیم که در محل های آب نیست "صنعت آب بر وجود دارد. نمی توانیم بگوییم مردم به خاطر آب شرب مهاجرت کرده و به کالاشهرها بروند.کلاتری با بیان این که اساس محیط زیست برای مردم است و برهنای ضوابط باید رفتار کنیم، افزود: رعصهای محیط زیست نباید به روی مردم ممنوع شود. باید با ضوابط مشخص، امکان استفاده مردم فراهم شود. یافته های حوزه محیط زیست باید به مردم منتقل و آموزش داده شود.

رییس اداره فناوری اطلاعات تجهیزات پزشکی گفت: مهم ترین اهداف سامانه اتلان، پیش وضعیت توزیع، نظارت بر علاقه نداشتن آن پیشگیری از احتکار و خروج غیرمجاز از زنجیره تامین، معامت از ورود اقلام غیرمجاز و کنترل قیمت در بازار است.

مهندس روابطشهای در گفتگو با ایسنا، با اشاره به اقدامات اداره کل تجهیزات پزشکی در راستای شفاف سازی روند تخصیص ارز رسمی به بیمارستان، آزمایشگاهها، مراکز دندانپزشکی، داروخانه ها و یا مصرف کننده نهایی تحویل داده می شوند.رئیس اداره فناوری اطلاعات تجهیزات پزشکی افزود: شرکت های تجهیزات پزشکی که ارز دولتی دریافت کرده اند، مکلف هستند در زمان توزیع و عرضه کالا مشخصات فاکتورهای فروش خود را در سامانه توزیع وارد کنند.
به گفته وی، تمامی اطلاعات ضروری همانند قیمت، مشخصات کالا، تعداد و مبلغ تخصیص شده کالا که در آن روسیه بوده، برای

## تصمیمات ایران و ترکیه برای همکاری های انرژی اژیک

نقش سازندهای ایفا کند.روحانی در ادامه همکاری در کشور در زمینه انرژی را مورد اشاره قرار داد و گفت: آمادگی داریم انرژی ترکیه را برای بلندمدت، ثباتی های اخیر همکاری های خوبی برای ایجاد امنیت و مبارزه با تروریسم انجام داده ایم. وی خاطرنشان کرد: اگر بناسات ایران و ترکیه گامهای مهمی را به نفع و ملت بردارند، این شرط آن ایجاد امنیت و ثبات است و بی تردید امنیت ما نمی تواند از امنیت منطقه جدا باشد، لذا مصمیم امنیت و ثبات را در منطقه برقرار سازیم.

روحانی از آمادگی تجاری ما تأیید گزار است و نه خصیبت و اخم قدرتی در این روابط اگرکنار باشد.حضور رئیس جمهوری و هیات همراه در این نشست، در معنای ایران است و این موضوعی است که ترکیه در هر فرصتی آن را صراحت اعلام می کند.

روحان از آمادگی تجاری ما تأیید گزار است و نه خصیبت و اخم قدرتی در این روابط اگرکنار باشد.حضور رئیس جمهوری و هیات همراه در این نشست، در معنای ایران است و این موضوعی است که ترکیه در هر فرصتی آن را صراحت اعلام می کند.

شنبه یکم دی ۱۳۹۷ - ۱۴ ربیع الثانی ۱۴۴۰ - ۲۲ سامبیر ۲۰۱۸ - سال نود و سوم - شماره ۳۷۷۷

# بیمه رازی اردبیل قهرمان کشتی فرنگی باشگاه های جهان شد

گرجستان ۸- قرقیزستان ۲
جنگال مریان ترک در مسابقه رده بندی مریان تیم ترکیه در جریان دیدار رده بندی مقابل نماینده ایران با انجام حرکات غیراخلاقی و غیر حرفه ای که در اعتراض به عملکرد تیم داوری صورت گرفت برای دقایقی برگزاری مسابقات را با وقفه روپرو کرد.
به گزارش ایسنا، تیم های ترکیه و سینا صنعت ایذه در میان استقبال پرشور مردم کشتی دوست اردبیل برای کسب عنوان سومی به مصاف هم رفته بودند.در حالیکه در ۲ مبارزه نخست خود صاحب برتری شده بود، کشتی در سومین مبارزه و در وزن ۶۳ کیلوگرم در جریان بود که مریان ترک بخاطر اقدام داور در دادن یک امتیاز فدی که کشتی گیر ایران اقدام به پرتاب کردن مکعب چلنج به سمت میز داوری و داد و فریاد بردند.
در مربی ترک سبب به سمت داوران رفتند و در حالیکه به شسدت عصبانی بودند از عملکرد داور انتقاد کردند که کشتی گیر خود را به نشانه اعتراض نیز از سالن بیرون بردند.

پس از بازیینی فیلم و صحبت نماینده اتحادیه جهانی با مریان ترک داوران یک امتیاز از کشتی گیر ایران گرفتند و ۲ امتیاز به کشتی گیر ترک دادند و کشتی گیر ترک نیز به روی تشک آمد تا مبارزه را از سر بگیرد. دو کشتی گیر به مبارزه ادامه دادند در نهایت این مبارزه با همان نتیجه ۳ بر یک به سود حریف ترک به پایان رسید.

در همین حین ملک محمد بوری سمرربی سینا صنعت به سمت مربیان ترک پورش برد و با دست به سینه یکی از آن ها رزمعربان ترک نیز بلااصله به سمت نماینده اتحادیه جهانی رفتند و از او توضیح خواستند.جو سالن نیز بشدت در حمایت از مریان ایرانی متشجع شد

بیش از هشت هزار نفر برای تماشای دیدار فینال کشتی فرنگی جام باشگاههای جهان بین دو تیم بیمه رازی اردبیل و نماینده روسیه در ورزشگاه رضازاده اردبیل حاضر بودند.
به گزارش خبرنگار مهر، در حالی که چند ساعت به آغاز دیدار نهایی کشتی فرنگی جام باشگاه های جهان بین دو تیم بیمه رازی اردبیل و نماینده روسیه باقیمانده بود، ورزشگاه ششش هزار نفری رضازاده اردبیل پر و مملو از تماشاگر شد.در این دوره و با استقبال بی نظیر علاقمندان کشتی اردبیل شور و شوق مثال زدنی در ورزشگاه حاکم شد و کار را برای تمامی تیم های مهمان سخت و نتیجه گرفتن در چنین شرایطی را دشوار کرد.بر سیانصنعت ایذه ۸- گرجستان ۲
۹- قرقیزستان ۱
۱۰- روسیه ۳
۱۱- روسیه ۴
۱۲- روسیه ۵
۱۳- روسیه ۶
۱۴- روسیه ۷
۱۵- روسیه ۸
۱۶- روسیه ۹
۱۷- روسیه ۱۰
۱۸- روسیه ۱۱
۱۹- روسیه ۱۲
۲۰- روسیه ۱۳

تیم یک سال آینده ۲ بار دیگر به صورت سرزده به کمپ تیم های ملی وزنه برداری ایران سر خواهند زد. آکسر یک وزنه بردار در هر ۲۰ کیلوگرم یک حضور پلی و ۲ بار در آینده غیبت داشته باشد، این به معنای دوینتگ تلقی می شود و آن وزنه بردار توسط فدراسیون کشتی سعی کردند با سهراب مرادی هم تماس بگیرند. این در حالی بود که تلفن همراه این وزنه بردار خاموش بود و کسی از او خبر نداشت. به همین دلیل مأموران ضدویدئوگ IWF سعی کردند با سهراب مرادی هم تلفن همراه این وزنه بردار خاموش بود و کسی از او خبر نداشت. به همین دلیل مأموران ضدویدئوگ IWF سعی کردند با سهراب مرادی را تهدید می کند و او باید طوری برنامه ریزی داشته باشد که حاصقلش در یکی از ۲ بازدید آینده مأموران ضدویدئوگ به دسترس آنها نباشد؛ وگرنه با دردرس جدی روبرو می شود.

تیم یک سال آینده ۲ بار دیگر به صورت سرزده به کمپ تیم های ملی وزنه برداری ایران سر خواهند زد. آکسر یک وزنه بردار در هر ۲۰ کیلوگرم یک حضور پلی و ۲ بار در آینده غیبت داشته باشد، این به معنای دوینتگ تلقی می شود و آن وزنه بردار توسط فدراسیون کشتی سعی کردند با سهراب مرادی هم تماس بگیرند. این در حالی بود که تلفن همراه این وزنه بردار خاموش بود و کسی از او خبر نداشت. به همین دلیل مأموران ضدویدئوگ IWF سعی کردند با سهراب مرادی را تهدید می کند و او باید طوری برنامه ریزی داشته باشد که حاصقلش در یکی از ۲ بازدید آینده مأموران ضدویدئوگ به دسترس آنها نباشد؛ وگرنه با دردرس جدی روبرو می شود.

## واکنش مدیر کل ضدجاسوسی وزارت اطلاعات به اظهارات توهم گونه نتانیاهو

مدیرکل ضدجاسوسی وزارت اطلاعات به اظهارات توهم گونه نتانیاهو واکنش شد.
مدیرکل ضدجاسوسی وزارت اطلاعات در گفتگو با ایسنا، در واکنش به اظهارات اخیرنتانیاهو مبنی بر تردد دورای مدیران امنیتی رژیم صهیونیستی برای نظارت بر برنامه های هسته ای جمهوری اسلامی

## مراسم ترحیم همسر مهندس بازرگان بر گزار شد

مراسم ترحیم ملک طباطبایی همسر مهدی بازرگان ظهر جمعه با حضور جمعی از فعالان و شخصیت های سیاسی و مدنی در مجتمع آموزشی نیکوکاری رعد برگزار شد.
به گزارش ایسنا، در این مراسم مسئولان ایجا چون محمدرضا تابش، سید محمود مدایی، محمد علی طبعی، فردون سجایی، علاءحسین کریمیچی، فاطمه راغعی، مصطفی تاجزاده، هادی خانیکی، حجت نظری، محمدجواد

پیشگیری از احتکار، مقابله با خروج غیرمجاز کالا از زنجیره تامین، معامت از ورود اقلام غیرمجاز به زنجیره تامین و در نهایت کنترل قیمت در بازار ذکر کرد.پیشگیری تصریح کرد: بر اساس اطلاعاتی که در این سامانه ثبت می شود، تعداد ورود توزیع و مصرف هر کالا در بازار مشخص می شود و شرکت های تامین کننده بر اساس تعداد کالای اظهارشده در سایت می توانند نسبت به توزیع آن اقدام کنند.

وی با بیان با تأکید بر اینکه این موضوع موجب پیشگیری از قاچاق، احتکار و ارایه اطلاعات نادرست درباره میزان دارایی ابل کالا در کشور می شود، گفت: سامانه های در حال ارتقا است و از این پس تمامی توزیع کنندگان و اصناف نیز به چرخه پایش افزوده می شوند که در سراسر کشور مشخص شود کالای که مراکز درمانی یا موسسات پزشکی با مصرف کننده دریافت کرد، از کدام توزیع کننده و با چه قیمتی دریافت کرده است.

معاون بهداشت وزارت بهداشت گفت: برای اجرای کامل نظام ارجاع، هماهنگی در بالاترین سطح میان معاونت های بهداشت و درمان وزارت بهداشت وجود دارد.

به گزارش مهر، علیرضا ربیسی، در جلسه توجیهی برگزار شده اشاره به اهمیت استقرار نظم ارجاع اظهار کرد: نظام ارجاع با سطح بندی خدمات بهداشتی برای اجرای کامل این طرح ضروری است.

ثبت سفارش کالاهای گروه دو از اول دی توسط سازمان های صنعت، معدن و تجارت سراسر کشور انجام می شود.

به گزارش شانا، براساس دستورالعمل نحوه بررسی درخواست های ثبت سفارش توسط سازمان های ستاد و به منظور تسریع و تسهیل در انجام وظیفه خدمت رسانی به مردم از تاریخ اول دی بررسی تاید درخواست های متقاضیان ثبت سفارش در گروه اول با در سازمان های صنعت، معدن و تجارت استان ها صورت می گیرد.

شنبه یکم دی ۱۳۹۷ - ۱۴ ربیع الثانی ۱۴۴۰ - ۲۲ سامبیر ۲۰۱۸ - سال نود و سوم - شماره ۳۷۷۷

اخبار کوتاه خارجی

**مورچ: مردم هفبهندک فقط گل زدن نیست**
لوکا مورچیج در سال ۲۰۱۸ تمام جوایز انفرادی فوتبال دنیا را از آن خود کرد.به گزارش "ورزش سه" در سال ۲۰۱۸ مورچیج با زنال به عنوان قهرمانی چمپیونلیگ دست یافت(برای سومین بار متوالی) و با تیم ملی کشورش کرواسی نیز تافت جام جهانی صعود کرد.او در نهایت توانست در تمام جوایز انفرادی بر سطلمه مسی و رونالدو پایان دهد و پس از ده سال هد پهلای یک هافبک تعلق گرفت.
مورچیج در مصاحبه با مجله GQگفت: بسیار خوشحالم که بالاخره مردم مزد زحمات و تمام دستاوردهایم در فوتبال را دادند. برای رسیدن به چنین جایگاهی قهرمانی های زیادی کسب کردم و خوشحالم که بالاخره مردم به این درک رسیدند که فوتبال فقط گل زدن و گل زدن نیست.توپ طلا و جایزه بهترین بازیکن سال فیفا وقتی همیشه برای من بیشتر می شود که بدانید در فوتبال کسی هیچ چیز را به من هدیه نکرده است و به هر جای که رسیدم، حاصل تلاش و زحمت خودم بوده است. برای تک تک موفقیت هایم سختی کشیده ام.



ستاره ایرانی روبین کازان بهترین بازیکن نیم فصل اول روبین کازان شد.به گزارش خبرگزاری فارس، باشگاه روبین کازان روسیه اعلام کرد که سردار آزمو، مهاجم ملی پوش کشورمان بهترین بازیکن نیم فصل اول این باشگاه انتخاب شده است.سردار در نیم فصل اول در ۱۴ بازی برای روبین کازان ۴ گل زد و ۴ پاس گل داد.

### تقابل مغزهای متفکر فوتبال دنیا در آسیا از نگاه AFC



سایت کنفدراسیون فوتبال آسیا سمرربی تیم ملی کشورمان را به عنوان یکی از مغزهای متفکر دنیای فوتبال در آسیا معرفی کرده.به گزارش خبرگزاری فارس، سایت کنفدراسیون فوتبال آسیا گزارشی را ارائه داد و به بررسی تقابل بزرگترین اندیشمندان فوتبال دنیا در جام ملت های آسیا ۲۰۱۹ پرداخت و کارلوس کی روش، سمرربی تیم ملی ایران یکی از این بزرگان بود.سایت AFCدرباره تقابل این اندیشه ها نوشت: دومین توانمندست قاره ای دنیا از لحاظ تاریخی میزبان مجموعه ای از مربیان بزرگ است که در دنیا شناخته شده هستند. مارچلو پیلی، سمرربی تیم ملی چین است و بازیکنان این کشور به حضور این مربی بزرگ که از کارنامه خود قهرمانی در جام جهانی ۲۰۰۶ به همراه ایتالیا را دارد، افتخار می کنند. رده دوم اردوگ سمرربی تیم ملی فیلیپین است که تیم ملی انگلیس را در جام جهانی ۲۰۰۲ و ۲۰۰۶ به مرحله یک چهارم نهایی رساندند. است. سومین مربی بزرگ کارلوس کی روش، سمرربی تیم ملی ایران است که در کارنامه خود با ۳ تیم متفاوت به جام جهانی راه پیدا کرده است.

## واکنش مدیر کل ضدجاسوسی وزارت اطلاعات به اظهارات توهم گونه نتانیاهو

به شلیاب (سرویس امنیت داخلی رژیم صهیونیستی) دستور داده طی ۶ ماه همه مقامات پاسپور، امنیت و اعضای کستس را از حیث ارتباط با سرویس های اطلاعاتی جمهوری اسلامی ایران تحت بررسی های چندجانبه اطلاعاتی و امنیتی قرارداد و این دستور بنابر واقعیتی است که نیاز به توضیح ندارد.

## داروی ایرانی کنترل سرطان پروستات رقیب برند امریکایی شد

حق شناس، عرب سرخی، جلالی پور و احسان شریعتی حضور داشتند. زهرا بازرگان فرزند نتانیاهو طباطبایی و نازنین بنی اسدی نوه او و همچنین لطف الله میثمی و محمد ملک جعفری از فعالان سیاسی در سخنانی یاد و خاطره ملک طباطبایی و مهدی بازرگان را گرامی داشتند.ملک طباطبایی همسر مهدی بازرگان رئیس دولت موقت صبح یکشنبه ۱۲آذر به دلیل کهنولت سن در قادی را وداع گفت.

## داروی ایرانی کنترل سرطان پروستات رقیب برند امریکایی شد

داروی خوراکی «زایبرون» برای بیماران مبتلا به سرطان پروستات، در داخل تولید شده و توانسته رقیب برند اصلی دارو که ساخت آمریکا است، تلقی شود.

به گزارش مهر، حسین فودازی دبیر انجمن رادیوتراپی آنکولوژی ایران در حاشیه مراسم تقدیم داروی «ایزیرون» از سرطان پروستات به عنوان ترین سرطان در مردان نام برد و گفت: خوشبختانه در سال های اخیر با پیشرفت و توسعه صنعت داروسازی واردی دارویی بیماران مبتلا به سرطان پروستات نیز از وضعیت بهتری برخوردار شده است.

وی با عنوان این مطلب که با استفاده از درمان دارویی، امید به زندگی در بیماران مبتلا به سرطان پروستات افزایش یافته است، تأکید کرد: داروی خوراکی زایبرون کیفیت زندگی این بیماران را بالا می برد.

فودازی با اشاره به این مطلب که داروی زایبرون جز داروهای هورمونی است، تصریح کرد: این دارو به عنوان درمان جدید که در عین حال نوع خارجی آن گران قیمت است، در کشور به تولید می رسد.

دبیر انجمن رادیوتراپی آنکولوژی ایران خاطرنشان کرد: استفاده از این دارو خود در مراحل پیشرفته سرطان پروستات باعث بهتر شدن زندگی بیماران می شود.

### اجرای نظام ارجاع منجر به صرفه جویی در هزینه های سلامت می شود

بابایی معاون درمان وزارت بهداشت، طرح نظام ارجاع را تحول بزرگ در ارائه خدمات بهداشتی و درمانی عنوان کرد و گفت: آینده، طرح نظم ارجاع به تدریج در تمام نقاط کشور عملیاتی شده و گام بلندی در راه وضایتندنی خدمت گیرندگان بهداشتی خواهد بود. وی بر آمادگی کامل حوزه درمان برای استقرار نظام ارجاع تأکید کرد و افزود: تقویت سفارش برای اجرای کامل این طرح ضروری است. در کشور به تولید می رسد.

دبیر انجمن رادیوتراپی آنکولوژی ایران خاطرنشان کرد: استفاده از این دارو خود در مراحل پیشرفته سرطان پروستات باعث بهتر شدن زندگی بیماران می شود.

## ثبت سفارش کالا تسهیل شد

الگوی توزیع درخواست های ثبت سفارش به استان ها برای واحدهای تولیدی، سازمان های ستاد و به منظور تسریع و تسهیل در انجام وظیفه خدمت رسانی به مردم از تاریخ اول دی بررسی تاید درخواست های متقاضیان ثبت سفارش در گروه اول با در سازمان های صنعت، معدن و تجارت استان ها صورت می گیرد.







ما زمانی که برای مقابله با این تلاش می کردیم، او (سلیمانی) را مورد زور و تهدید قرار دادیم. او نیز نظر گرفتیم اما او وقتی در میدان جنگ، است و در میانه راه میزدیم و در محیطهای مختلفی عملیات داشته که هیچ ژنرال آمریکایی در آن میانه راه آزادی عملی نداشتند. قدرت دیسی که قاسم سلیمانی دارد به ما میزدیم و میزد که میزدیم. بسیاری از کارهایش را در آرامش و در یک محوطه فوق العاده انجام می دادیم.

ما که کریستال در آنجا بودیم. دوباره تصمیم گرفتیم که کریستال را خارج کردن نمایان این کشور از سوریه گرفت. این تصمیم بدی بود به ما نظر می نمود. خود او را در منطقه از دست می دهیم. البته همان با اینکه نمی خواهم به خطر حضور او در آن منطقه، نیروی هوایی و تفنگداران ما در آن مکان حاضر نباشد. به خاطر، باید در آنجا صاحب وقت و فواید و این یعنی حضور لازم است. این ژنرال بهائزاشتن آمریکایی در پاسخ به سوالاتی درباره تاثیر این تصمیم بر این کشور و بهائزاشتن در منطقه، گفت که خروج نیروهای آمریکایی از سوریه به تنها تمامی دستاوردهای این کشور در عراق را به خطر می اندازد بلکه ثبات منطقه و امنیت عربی را نیز تهدید می کند. ما که کریستال در جواب این سوال که آیا اوضاع خطرناک است از غرب این پرسیده شد، توضیح داد که این عمل که امروز ما هنوز به خطر بزرگی هستند. دانش بیشتر یک عقیده است تا فواید و چگونگی و سود یا زیان و فشارش تک تک افراد با این عقیده تمرکز کرد. سیستم این هنوز این است که قدرتند است و باید با این مقابله بشود که بیشتر فرماندهی آمریکایی در عراق برای کمک به امنیت در افغانستان را نیز برعهده داشت. گفت که نظارتیانی (امریکایی) در سوریه به این می داند باقی می ماند. زمان کنونی همه است. ما را باقی ماندههای دانش را از بین نبرند. دوباره بازمی گردند.

## استقبال مخالفان سیاست‌های واشنگتن

**جانش جدید دولت فرانسه: این بار معتر**

صورت گرفت و این ه  
پسین برای سال ا  
کشور بود. این ه  
دنبال اعتصاب نیروها  
و جریه در اعتصاب  
زیر کشور فرانسه  
موافقت کرد بر اساس  
همچنین سعادات ا  
تاکوت پرداخت شده  
یورو بالغ می شود  
دستور کار دولت ماکر  
راندگان تاکسی  
داد شده

ما آنطور که گفته‌ای دیپلمات‌ها  
نظفر شده‌اند پیش‌نویس‌نشان می‌دهند  
راکتی علیه تهران بود و روسیه به

## وای متحدان آن

س هم در واکنش به خروج  
آمریکایی از سوریه و اعلام  
روزی بر داعش از جانب ترامپ  
نشان داد. توییت او بود، در  
به توییت دونالد ترامپ مبنی بر  
داعش در سوریه اعلام کرد:  
یا با ادعای ترامپ در خصوص  
داعش در سوریه مخالفم.

**حامل تجهیزات نظامی آمریکا**  
بیکا شامل تجهیزات حفاری، مین  
ستن برای خروج نیروهای آمریکایی  
اق ترک کرد.

**تورکیه از آمریکا به جهانی شک**

سرویس خارجی: ترکیه از واشنگتن، منور به سازمان تجارت جهانی شکایات تجارت ترکیه اعلام کرد: سازمان تجارت موضوع تعرفه‌های جهانی را تأیید کرد. استناد به مقررات سازمان تجارت جهانی و نقض سیستم تجارت آزاد عندی کرد: آنکارا از تصمیم واشنگتن می‌گوید: «اتریت» به این کشور حمایت پادفند موشکی «اس-۴۰۰» از روس

به اعتراض از  
**آلمان**  
 فردی  
 شد و یک  
 کردپلیس  
 احتمالاً  
 قضا  
 بیشتری  
**آذربایجان**  
 رستوانان  
 روستای  
 دیگر به  
 کرده که  
 فوت کرده



و این شهرها صحنه شدیدترین تونتها از چندین سال پیش تاکنون و وی افزود: در شهرهای مختلف این اعتراضات گسترده‌ای نسبت به شیفته‌ها و شرایط اقتصادی گرفته است و معترضان برای برکناری حاکم را خواستار شده اند.

وزیر خارجه کشورمان در دیدار با «مازگوت و الاستروم»  
وزیر خارجه کشور ترکیه گفت: ایران به افقهای سازند خود  
برای موفقیت مذاکرات متعهد است. ما امید داریم که  
در تحولات میدانی نیز، چگونگیهای اتلاف سعودی  
طی ۲۴ گذشته استانهای ما مختلف بین ما ۳۹ نفر  
بمباران کردند. از طرفی، برهزهای استراتژی و کمیتههای مردمی  
بین این دو جمعه مزدوران عربستان را در مناطق «السلطان»  
(البارک)، «الضاحیه» و «القصود» را دفع کردند. مردم همان  
یگان موزیکی بین نیز با شلیک دو فروند موشک آزال-۱»  
مواضع شبه نظامیان وابسته به اتلاف سعودی در جنوب  
عربستان را دفع کرد.

## خروج نیروهای آمریکایی از سوریه

خارج سوریه تحت: خروج نیروهای آمریکایی از سوریه در نتیجه یک معامله یا مذاکره بین سوریه و آمریکا و اروپا نبود بلکه به خاطر پایداری و استقامت دولت و کشور سوریه حاصل شد.

از جهان خواست تا از روند سیاسی فعلی برای پایان دادن به بحران سوریه حمایت کنند و گفت: نیروهای خارجي که بدون مجوز دولت سوریه در این کشور حضور دارند باید خارج شوند. اسحاق آل حبيب از نشست شورای امنیت که با موضوع سوریه برگزار شد، افزود پس از سالها درگیری در سوریه و تبعات انسانی، اقتصادی، اجتماعی و انسانی اکنون زمان آن است که جامعه جهانی از روند سیاسی برای پایان دادن به این بحران حمایت کند.

سوریه، ۱۰۰ کامیون حامل  
ترکیه هم از تصمیم دول  
آمریکا باری خارج کردن نظامیان  
خود از سوریه استقبال کرد. از سوی  
رئیس جمهوری روسیه رد گفتار  
پیغامی است سالانه برای یادآوری  
غیرقانونی بودن حضور آمریکا در  
سوریه، نسبت به تحقق طرح نظامیان  
آمریکا ابراز تردید کرد و گفت:  
آنها ۱۷ سال است از خارج شدن از  
افغانستان حرف می زنند، ولی هنوز  
آنها هستند. سخنگوی کرملین هم  
گفت حضور نظامی آمریکا در سوریه،  
تحت باهت آشکار زیادی در مناطق  
تحت کنترل آنهاست.

**از زمان تجارت  
تک کرد**

ای اعمال تعریف بر روی کالاها  
در همین رابطه، «خسار بیکران»  
جبهانی شریک تریک علیه آمریکا  
ت. وی گفت: در شکایت مطرح  
اعمال تعریف از سوی آمریکا  
در دهه است. از سوی، مقامات آمریکا  
بر موافقت با فروش سامانه های  
کنند. اما موضوع مدع در خصوص  
تجیر نتواند ادعا

## جدودیت کردند

با نوا خودرو وارد ایستگاه اتوبوس گشت و چند نفر دیگر را زخمی که را زانده خودرو رانده و ماله و ماله شده از دروازه خیزد. هنوز جزئیات به نشر نشده است.

پایتخت اتیش یک کشته برجا با وقوع تروریسمی در نزدیکی فرودگاه یک نفر گشته و یک نفر کشته شده است. گولوها به یک نفر صابت شد یکی از آنها در محل حادثه



کش به اعتراضات، «یحییٰ عبدالله» بهر کل اداره ارتباطات این کشور را کنار و «مصطفیٰ عبد الحفیظ وداعة» را جایگزین وی کرد چرا که مدیر قبلی به دستورات البشیر برای قطع ترنت عمل نکرد.

مجتبیا خبرگزاری رویترز به یک کیلومتری کاخ ریاست‌جمهوری رسیدند که نیروهای پلیس به سمت آنها گازهای اشک آور شلیک کردند. در چنین شرایطی، شدت گرفتن اعتراضات در خارطوم، پایتخت سودان باعث تعطیلی مدارس این شهر تا اطلاع ثانوی شد. در چنین شرایطی، «الصادق

بکشند. در حالی که در افغانستان به دستور ترامپ: از چند هفته دیگر نظامیان امریکایی از افغانستان خارج خواهند شد. به نظر می‌رسد این خواسته نخستین گام برای پایان دادن به حضور ۱۷ ساله واشنگتن در این کشور است. در این حال، رهبران چنانچسوری و سخنگوی وزارت امور خارجه افغانستان در واکنش به تصمیم ترامپ برای خروج نیروها از سربازان امریکایی از کشورهای خارجی: خروج نیروهای خارجی تأثیری بر امنیت افغانستان ندارد. از سوی، سخنگوی ناتو از ادامه حضور نیروهای این سازمان در

## وزیر دفاع آمریکا استعفا

وزیر دفاع ملی دو روز استعفا می‌دهد. بازنشسته می‌شود و به وزیر دفاع در زمینه‌های گسترده ژنرال ارتش کشورها سپرده می‌شود. بزرگی که من می‌سازد کشور در چندین سال گذشته در ارتش و در واکنش وجود متس در امری در خدمت کشور بود. نگان آینده می‌دهد

سرویس خارجی: وزیر دفاع آمریکا به دلیل اختلاف دولته ترامپ رئیس جمهوری این کشور بر سر مسائل مختلف، از شمش استعفا گرفت. «جیمز متیس» در نامه‌ای به رئیس جمهوری آمریکا گفت: به زودی از سمت خود کناره‌گیری خواهم کرد تا ترامپ بتواند وزیر دفاع بزرگ و افکار عمومی را انتخاب کند تا یکدیگر که استعفا می‌دهد چون ترامپ این حق را دارد که وزیر دفاعی داشته باشد که با وی همسو باشد. متیس همچنین در نامه ضمن ابراز نگرانی در خصوص روسیه و چین، افزود: شرایطی که ایالات متحده کشوری با نقش اساسی در جهان است، این توانمندی خود حفظ می‌همانان قدرتمند و احترام و انسجام را بین کشورها به طور موثر ایفا نموده از منافع خود حفاظت کنیم.

نرال جیمز متیس پس از خدمت در دولت من به عنوان کناره گیری از د

## سفارت آمریکا در «ریاض»، مردم عرب ضد دولتی فراخوان

زبان رایویی نوشت: «توییتی» که در صفحه‌های روزنامه انگلیسی و عربی در «ایراض» کاریز، سفارت آمریکا در «ایراض» و کنسولگری‌های این کشور در «جده» و «مطهران» منتشر شده است، حاکی از خشم را در محافل فعالان مجازی عربستانی ایجاد کرده و آنها را موضوع اثر تحریکی علیه کشور پادشاهی سعودی و دعوت به تظاهرات و عیود هرج و مرج در آن نقشی می‌کنند. امری که به سعودی داده آشکار در امور داخلی می‌باشد که به گفته این فعالان، سعودی متوقف شود.

**عصائب اهل اهل ا**

سروس خارجی: دبیرکل جنبش  
عصائب اهل الحق از زیربهای مقاومت  
اسلامی عراق در سخنانی گفت: س  
از سوریه، اکنون نوبت زیربهای عراق  
آمریکایی از عراق فار رسیده است  
شیخ محمد الخزعلی اعلام کرد: مگر  
داعش در عراق نیز همانند سوریه  
شکست نخورده است. س چر  
آمریکایی‌ها و اسرائیلی‌ها از عراق خارج  
نمی‌کنند؛ ای‌ف‌اود: اکنون نوبت خروج  
زیربهای آمریکایی از خاک عراق می  
از سوریه باز داعش در کشور ما  
نابود شده است. الخزعلی اعلام داد  
آزاد - مگر: آمریکایی‌ها

در سوریه شکست دادیم و وجود  
در گروه در سوریه تنها دلیل بود  
که ما در یورو ریاست من بیهوشی ما  
در سوریه وجود داشتند. الخلیلی  
افزود: بر اثر اسباب پیاده رسیدیم مگر  
داغش در عراق نیز شکست خورد  
است پس چرا نیهوشی را از  
شکست بر نیت می‌ری؟ او دلیل دیگری  
برای یقین‌ماندن این نیروها وجود دارد:  
«همزمان با این موضوع عصبانیت  
الحق، دادگاهی در واشنگتن، یکی  
از سیاست‌مداران این شینشن است  
«ایم.کام. اس.کام.ا.ا» مرد شکست



المذمیان» واقع در ۵۰۰ کیلومتری جنوب شرق پایتخت سودان صورت گرفت و پس از آن، اعتراض به سیاست های خارجی دولت عمر البشیر در جلسه مشارکت در جنگ بین نیز به آن افزوده و به سراسر این کشور کشیده شد.

## ۷ نظامی آمریکا از افغانستان و اسلحه صادر کرد

[illegible]

## «اض»؛ مردم عربستان را به تظاهرات دولتی فراخواند

در چنین شرایطی، «زیکما گابریل» وزیر خارجه سابقان در سخنانی با اشاره به حمله محتمل رژیم سوریه و امارات در سال ۲۰۱۷ به قطر، درباره «عهد سبیلان» نیز اظهار داشت «محمد بن سلمان» می‌تواند از گنجایش در منطقه «خلو» به نفع سوریه، «چاوشوی اولو»، وزیر خارجه ترکیه نیز در سخنانی با تأکید بر اینکه هرگونه قتل خائنانه‌ی جنایی است، به سیاسی، عربستان را به دادن اطلاعات بیشتر به ترکیه درباره اختفای جسد و عاملان این جنایت متذکر شود.

## عصائب اهل الحق: اکنون نوبت خر

رویه، سوت‌های موزی و بیرونی گنجایی از عراق را رسیده است. «قبس الخزعلی» اعلام کرد: مگر پس از عراق نیز همانند سوریه شکست نمی‌خورد؟ چرا سکا نیروهایش را از خاک خارج کرده؟ افزود: اکنون نوبت خروج های آمریکایی از خاک عراق نیز سیده زیرا دامن در کشور ما نیز شمله است. الخزعلی ادامه داد: ترامپ گفته است که دامن سوریه شکست دادیم و وجود گروه در سوریه تنها دلیلی بود و دوره ریاست من نیروهای سوریه حضور داشتند. الخزعلی بر این اساس باید پرسید مگر پس از عراق نیز شکست نخورده است پس چرا نیروهایش را از این بیرون نمی‌برد؟ یا دلیل دیگری را قایل‌بندن این نیروها وجود دارد؟ ما مان یا این مواضع صواب اهل دادگاهی در واشنگتن، یکی میانکاران امنیتی پیشین شرکت «کلم» (ای) را دو مود کشتار.

[illegible]

**کنگره آمریکا کشتار مسلمانان روهینگیا را نسل کشی خواند**

ایرنا: مجلس نمایندگان آمریکا در قطعنامه‌ای حمله ارتش میانمار به مسلمانان روهینگیا را نسل کشی اعلام کرد. درواغی مجلس نمایندگان آمریکا همچنین در این قطعنامه که تقریباً به اتفاق آرا تصویب شد، خواستار آزادی دو خبرنگار روتیزر در میانمار شدند. دو خبرنگار وابسته، ساموئل گیتس و سرست زمانی که اسناد محرمانه ای درباره جنایت های ارتش میانمار علیه مسلمانان روهینگیا حمل می کردند دستگیر شدند.

**پوتین: خطر جنگ هسته ای در جهان درک نشد**

ایران رئیس جمهوری روسیه در چهاردهمین کنفرانس مطبوعاتی سالانه خود اعلام کرد که خطر جنگ هسته ای در جهان درک نشده است و از این رو ما شاهد این رفتن پیمانی هستیم که سنگی است متوقف کرد ما علیه تسلیحاتی در جهان بوده است. ولادیمیر پوتین این ادعا: در غرب از امکان استفاده از بمبهای هسته‌ای کوچک صحبت می‌شود که در ظاهر به کار گرفتن آن ممکن است، اما این امر می‌تواند به فاجعه هسته‌ای منجر شود.

**آمریکا ۲۲ فرد و نهاد روسی را تحریم کرد**

ایرنا: آمریکا چندین فرد و روسی را به اتهام دخالت در انتخابات ریاست جمهوری ۲۰۱۶ این کشور تحریم کرد. گفت که روس شرکت وابسته به «اولرگ» در پیتسکا، میلیاردر روس از فهرست تحریم های خارج می کند. «استیو مندوز» وزیر خزانه داری آمریکا به بیانیه ای اعلام کرد: این «ارتباطات و اطلاعاتی» روسیه که در عملیات های سایبری به منظور دخالت در انتخابات ۲۰۱۶ توطئه گسترده ای از فعالیت های مخرب در آمریکا نقش داشتند، تحریم می شود. بدین ترتیب، ۱۸ شخص و چهار نهاد روس به تحریم های تازه آمریکا افزوده شدند.

**رئیس جمهوری بزیل متهم به فساد شد**

ایستاد: داستان کل بزیل اتهاماتی را به عنوان بخشی از فعالیت‌های بورشویی و فساد علیه میشل تامر، رئیس جمهوری بزیل که قرار است به زودی قدرت را ترک کند، مطرح کرد. داستان بزیل اعلام کرد که علیه تامر از جمله بزیل، تامر، داستان درباره فساد و بورشویی وجود دارد. ای دانستن کل اعلام کرد که این اتهامات در قالب یک پرونده علیه تامر باید توسط دادگاه عالی فدرال

**توربین سوماتی علیه داعش اعلان جنگ کرد**

گروه توربینی الشباب سوماتی علیه داعش در این منطقه اعلان جنگ کرد. گروه توربینی الشباب در بیانیه‌ای گروه زوروریتی داعش را به محروفتن گفت که عناصر و علی‌ان اعلان جنگ کرد. «علی محمد» سخنگوی الشباب در بیانیه‌ای گفت که گروه به منزله بیماری کشنده و «سرطان» هستند که باید از بین بروند. اخیراً داعش اعلام کرده بود که عناصر این گروه حدود ۱۴ نفر از واصلر پوتلند را در جریان زدگرمی مسلحانه در بنیادی این منطقه بری واقع در غاصب توربینند از شرمان زگرمی سوماتی، بر طرف رسانده‌اند.

**صدور حکم بازداشت همسر زارت موگابه**

مهر: دادستانان آفریقای جنوبی حکم بازداشت  
۱۰گرمس موگابه همسر زارت موگابه رئیس جمهوری  
سابق زیمبابوئه را به اتهام ضرب و شتم یک نفر در  
سال ۲۰۱۷ صادر کرد. پس از پایان یافتن مصونیت  
قانونی همسر موگابه در ماه جولای سال جاری  
میلادی، حکم بازداشت او صادر شده است. علیرغم  
اینکه حادثه مذکور در سال ۲۰۱۷ میلادی روی داده  
و مصونیت قانونی همسر موگابه در ماه جولای  
سال جاری میلادی به پایان رسیده است، تاکنون درباره علت تأخیر در صدور  
این حکم اطلاعات خاصی ارائه نشده است. زارت موگابه اخیراً پس از ۳۷ سال  
رئاست جمهوری از قدرت کناره گرفته است.

[illegible]

**رئیس اینترپول: اروپا با موج تازه تروریسم و روریست**

ایرلند: رئیس سازمان بین المللی پلیس جنایی (اینترپول) هشدار داد که اروپا با موج تازه از تروریسم و دلیل بازگشت عناصر افراطی از مناطق درگیری، با آلهه ای تازه از زندان روریو رست. یورگن اشتاک گفت که پیش بینی می شود اروپا با موج تازه ای از هجوم عناصر مرتبط با گروه تروریستی داعش روریو شود. یو اف پی: دشمنی از عناصر به هوادار داعش با توجه به ثابت نشدن جرائم در مجازات ها.

سبک شامل حبس دو یا پنج سال محکوم شده اند. این مقام امنیتی گفت که این نسل از هواداران گروه تروریستی داعش طی دو سال آینده در اروپا و آسیای حضور خواهند یافت و به احتمال زیاد این افراد آزاد شده از زندان، به گروه‌های تروریستی بپیوندند یا حامی آنها شوند.

## عملیات بزرگ ارتش لیبی در شرق «مصراة»

Figure 1. The study area.

یز، حملات عناصر داعش به میادین  
افت. شمال بغداد خنثی شد. به گفته  
بغداد نفوذ کنند که سه نفر از آنان کشته  
و حملاتشان نیز دفع شد.



هر کس می خواهد دعایش  
مستجاب و اندوهش برطرف شود،  
به تنگدست مهلت دهد.

نهج الفصاحه

# خانواده

۳۸۷

شنبه یکم دی ۱۳۹۷  
سال نود و سوم - شماره ۲۷۱۷۷  
ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

## چگونه زندگی شادتری داشته باشیم؟



یک مثلی هست که می گوید: «سخت می گیرد جهان بر مردمان سخت کوش». که معنای دقیق این مثل این است که هر چه بیشتر سخت بگیری، زندگی و جهان هم بر تو سخت می گذرد.

پس باید روی اصل بی خیالی زندگی کرد. برای همه ما پیش آمده که چنان برخی از وقایع را جدی می گیریم که اضطراب و نگرانی مهمان همیشگی خانه دل مان می شود و اوضاع را بر خودمان تلخ می کنیم.

اگر ذهن مان را از دغدغه های روزمره رها کنیم فشار کمتری را تجربه می کنیم و همین امر باعث شاد شدن می شود. در ادامه به شما می گوئیم که برای شاد بودن باید به چه چیزهایی اهمیت داد.

در صفحه ۶ بخوانید

## پیک تنگه آسمان



خدایا

به تو پناه می بریم از وسوسه های شیطان رحیم و کیدها و فریب های او. و به تو پناه می بریم از دل بستن به تمناهای او و وعده های او و فریبها و دام های او.

خدایا، به تو پناه می بریم هر گاه شیطان طمع در آن ورزد که ما را از طاعت تو منحرف دارد و از برای خواری مان به راه معصیت تو کشاند و گناهانی که در دیده ما بیاراسته است ما را خوشایند بود و طاعتی که در دل ما ناخوش فرا نموده است بر ما گران آید.

خدایا ما را نیروی عبادت ده و به آن شیطان را از ما بران. بر سعی ما در راه محبت خود بیفزای و به آن شیطان را خوار گردان.

دعای هفدهم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید  
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده  
ایمیل ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)  
khanevadeh@etelaat.com  
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

## کتابخانه

## اسباب بازی های قدیمی بهترند یا جدید؟



صفحه ۷

اگر ماده از سنگ خوشش اومد و قبول کرد جفت هم می شن ولی اگر قبول نکرد پنگوئن نر احساس می کنه سنگی که پیدا کرده اصلاً قشنگ نبوده. اون وقت اونو می بره زیر آب، لای مرجان ها می ندازه تا دیگه هیچ پنگوئنی اشتباه اونو تکرار نکنه و ناامید نشه.

شما هم سعی کنید یه سنگ رو از سر راه یکی بردارید نه اینکه جلو پاش بندازید که زندگیش خراب شه...

## احوالپرسی

حکیمی کسی را پرسید: چگونه ای؟

گفت: چگونه است حال کسی که پانصد درهم بدهکار است، عیالوار است و هیچ چیز ندارد؟

حکیم به خانه خود رفت و هزار درهم آورد و به وی داد و گفت: پانصد درهم به طلبکار بده و باقی را خرج خانه کن و لعنت بر من اگر پس از این حال کسی را پرسیم!

گفتند: مجبور نبودی که قرض و خرج او را بدهی.

گفت: وقتی حال کسی را پرسیدی و او حال خود بگوید و تو چاره ای برای او نیندیشی، در احوالپرسی منافق باشی...



وسایل خاموش هم برق مصرف می کنند!  
صفحه ۲



پیشنهاد سرآشپز: خوراک سیب و عدس  
صفحه ۴



صبحانه را فراموش نکنید

صفحه ۵



عشق واقعی

صفحه ۶

## پنج چرخه

## زندگی

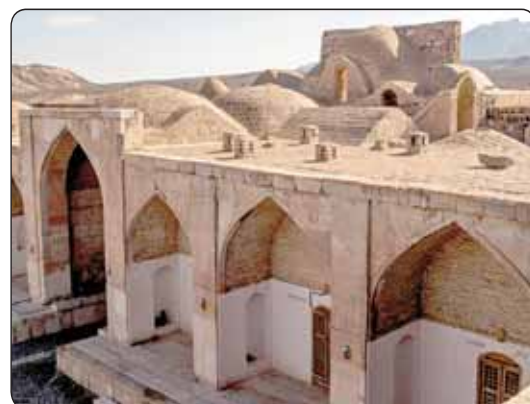
پسرک وقتی دوازده ساله بود دچار فلج اطفال شد. ده ماه بعد شنید که پزشکی به مادرش گفت: پسران شب را تا صبح دوام نمی آورد. پسر صدای گریه مادرش را شنید.

فکر کرد شاید اگر شب را دوام بیاورم مادرم این طور زجر نکشد. تصمیم گرفت تا سپیده دم صبح بعد نخوابد وقتی خورشید بالا آمد رو به مادرش فریاد زد: من هنوز زنده ام!

چنان شادی عظیمی در خانه در گرفت که تصمیم گرفت همیشه تمام تلاشش را بکند که یک شب دیگر درد و رنج خانواده اش را عقب بیندازد. او در هفتاد و پنج سالگی در گذشت و چندین کتاب مهم درباره ظرفیت عظیم انسان برای غلبه بر محدودیت هایش بجا گذاشت.

## سنگ راه

وقتی یه پنگوئن عاشق یه پنگوئن دیگه میشه، کل ساحل رو می گردد و قشنگترین سنگ رو انتخاب می کنه و اون رو واسه جفت ماده می برم.



▲ کاروانسرای «قصر بهرام» در سمنان / عکس ها: ایرنا



## • یگانه خدماتی

این روزها دیگر کسی نمی تواند از زیر بار صرفه جویی شانه خالی کند. همه چیز نشان می دهد که ما دیگر منابع چندانی نداریم و باید حواسمان به هر چیزی که مصرف می کنیم و به خصوص حامل های انرژی باشد. البته این مشکل فقط کشور ما نیست و همه جهان با آن درگیرند. برای همین صرفه جویی مدام تبلیغ و تشویق می شود و راهکارهایی هم هر بار برای این کار مهم و حیاتی پیشنهاد می شود.

بسیاری از راه های صرفه جویی در مصرف آب و برق و گاز را شنیده و خوانده ایم اما بعضی چیزها آنقدر در زندگی مان عادت شده که اصلا باورمان نمی شود می تواند باعث هدر رفتن این منابع شود و باید برای اصلاح مصرف مان فکری کنیم. بد نیست شما هم این راه ها را اینجا مرور کنید. حتما تعجب خواهید کرد!

### ۵۰ تیر و گاه برای وسایل خاموش

برق یکی از مهمترین حامل های انرژی است که نه زندگی روزمره را می توان بدون آن تصور کرد و نه صنعت را. با این حال سالهاست بی ضابطه و بی ملاحظه آن را مصرف می کنیم. البته چندین سال است درباره صرفه جویی در مصرف برق حرف زده می شود و در واقع از همان تبلیغات لامپ اضافی خاموش کم کم این کار مهم را یاد گرفته ایم. می شود گفت بیشتر مان راه های صرفه جویی در مصرف برق را اگر هم انجام نمی دهیم حداقل بلدیم! راه هایی مثل استفاده از لامپ های کم مصرف یا لامپ های هوشمند، پوشاندن روی کولر و زیاد استفاده نکردن از دور تند آن، استفاده از نور و روشنایی روز و... اما راه دیگری هم هست که با آن می توانید در مصرف برق صرفه جویی کنید. راهی که از خواندن آن حتما تعجب می کنید! از پریز کشیدن وسایل برقی خاموش!

ما وسایل برقی را هنگامی که با آنها کاری نداریم خاموش می کنیم که برق مصرف نکنند اما بعضی از آنها حتی وقتی که خاموش هستند برق مصرف می کنند. البته اگر دوشاخه شان در پریز باشد.

همه وسایل برقی اینطور نیستند اما بد نیست بدانیم کدام وسایل در این حالت ها هم برق مصرف می کنند و می توانند هم رقم قبض برق مان را بیشتر کنند و هم به این حامل انرژی آسیب برسانند.

تحقیق روی وسایل برقی و مصرف برق آنها هنگام خاموشی از چند سال پیش آغاز شده است. آلن میر، استاد برجسته انجمن برقی در آمریکا می گوید: «قبلا معنی خاموش و روشن بودن دستگاه کاملا مشخص بود. اما الان حدود ۵۰

## راه های صرفه جویی که از آنها بی خبریم

# وسایل خاموش هم برق مصرف می کنند!



می کند

شارژرها وقتی در پریز برق باقی می ماند، حتی وقتی هیچ وسیله الکترونیکی به آنها وصل نباشد حدود نیم وات برق مصرف می کنند. شاید خیلی زیاد نباشد اما وقتی آن را جمع می کنید و سالانه در نظر می گیرید مقدار زیادی می شود. کامپیوترها، لپ تاپ و پی سی سی وقتی به پریز برق متصل هستند تا ۹۶ وات برق مصرف می کنند. این رقم در صورتی که دستگاه روی حالت استندبای قرار داشته باشد، تا ۱/۵ برابر بیشتر خواهد شد.

دستگاه هایی که پنل تایمر دارند، برای نمایش این ارقام انرژی مصرف می کنند. یعنی اگر آنها را از برق بکشید تا ۱۰۸ وات برق در هر روز صرفه جویی می کنید.

حواس مان نیست بسیاری از وسایلی که امروز زندگی کردن بدون آنها سخت است، مدام روشن هستند و برق مصرف می کنند. مثلا مودم های اینترنت که معمولا ۲۴ ساعته روشن هستند یا اسپیکر ها. اسپیکر در حالت روشن ۱۵ وات برق مصرف می کند و در حالت استندبای ۰/۳ وات.

حالا با این عدد و رقم ها چطور می توانیم در مصرف برقی ای وسایل صرفه جویی کنیم؟ بهتر

دستگاه الکترونیکی در هر خانه آمریکایی مدام در حال استفاده از برق هستند حتی وقتی به نظر می رسد خاموشند.

تحقیقی در آمریکا نشان می دهد که حدود یک چهارم برق مصرفی به خاطر دستگاه هایی است که استفاده نمی شوند یعنی یا در standby و sleep mode هستند یا خاموشند. این میزان برق تولیدی ۵۰ نیروگاه بزرگ در آمریکا را مصرف می کند و سالانه ۱۹ میلیارد دلار به قبوض برق اضافه می کند. البته فقط مصرف برق نیست. این وضعیت به محیط زیست هم آسیب می زند چون میزان برقی که برای این وسایل در حالت خاموشی تولید می شود دی اکسید کربن منتشر می کند که یکی از اصلی ترین عوامل تغییر آب و هوا است.

باز هم لازم است تاکید کنیم که همه وسایل برقی خاموش برق مصرف نمی کنند و باید حواس مان به بعضی وسایل باشد. مثلا تلویزیون خاموش سالیانه ۲۲۷ کیلووات برق مصرف می کند.

البته وسایلی که در حالت استندبای هستند هم مصرف برق دارند. مثل تلویزیون که با کنترل آن را خاموش می کنید اما از پریز نمی کشید. تلویزیون در حالت استندبای روزانه ۲۴ وات برق مصرف

است از دستگاه های سنجش برق مصرفی ساعتی که توسط شرکت برق ارائه می شود استفاده کنید. راه دیگر این است که تمام دستگاه های برقی خود را به یک رابط وصل کنید تا همزمان خاموش و روشن شوند. البته ساده ترین راه این است که وسایل را هنگامی که از آنها استفاده نمی کنید کاملا خاموش کنید و از برق بکشید. این کار برای ایمنی هم لازم است. حتما شنیده یا خوانده اید که آتش نشانی همیشه تاکید می کند همه وسایل الکتریکی به خصوص آداپتورها را هنگام ترک منزل از برق بکشید.

خیالتان هم راحت باشد که خاموش و روشن کردن دستگاه الکتریکی عمر آنها را کوتاه نمی کند. در واقع شما باید هزاران هزار بار یک دستگاه را خاموش و روشن کنید تا در عمر مفید آن تاثیر بگذارد.

### گرم کردن خانه با پخت و پز!

دیگر حامل های انرژی مثل گاز هم تقریبا همین شرایط را دارند. یعنی راه هایی برای صرفه جویی در این حامل ها وجود دارد که معمولا خیلی از آنها خبر نداریم و به آنها توجه نمی کنیم.

مثلا در آشپزی سعی کنید که ظروف بزرگ را روی شعله های بزرگ و ظروف کوچک را روی شعله های کوچک بگذارید. وقتی هم آب جوش می آید برای ادامه جوش آن شعله را تا حد زیادی کم کنید. راه دیگری که به آن خیلی توجه نمی کنیم این است که می توانیم هنگام پخت و پز و استفاده از اتو و دیگر لوازمی که به صورت عادی گرمازا هستند درجه حرارت شوفاژ و بخاری را کاهش دهیم چون به هر حال حرارت در خانه با وسایل دیگر وجود دارد.

بنزین هم حامل مهم و البته پرمصرف دیگر است که معمولا بی رویه هم مصرف می شود. صرفه جویی در مصرف بنزین هم برای کاهش هزینه های زندگی مان مفید است و هم به محیط زیست کمک می کند و البته با این کار کمک می کند این حامل ذخیره شود.

هیچ وقت قبل از خاموش کردن ماشین گاز ندهید چون این کار باعث هدر رفتن بنزین می شود. وقتی ماشین را روشن می کنید لازم نیست بیش از ۳۰ ثانیه درجا کار کند. ماشین های جدید طوری طراحی شده اند که حتی در هوای سرد می توانند بلافاصله راه بیفتند. فشار پائین را روی پدال گاز تغییر ندهید. سعی کنید تاجایی که ممکن است با گاز یکسان برانید. اگر در شهری با آب و هوای گرم زندگی می کنید خودرویی با رنگ روشن بخرید و تودوزی آن را هم روشن انتخاب کنید تا نور و گرما را بازتابانند. شیشه های مات هم از گرم شدن داخل ماشین جلوگیری می کند.

## تئاتر

### مردی به نام اووه

عمارت نوفل لوشاتو تا ۱۳ دی ماه میزبان نمایش «مردی به نام اووه» است که هر شب ساعت ۲۱ روی صحنه می رود.

این نمایش کاری است به کارگردانی سید بهرام سروری نژاد که بر اساس نمایشنامه ای از اسلاو میر مروژک ساخته شده و ماجرای مردی به نام پیوتر اووه را روایت می کند که بیری در لوله حمام خانه اش پیدا می شود!



این خبر توسط کارمند رسمی به خانواده داده می شود و اقشار مختلف جامعه از این اتفاق سواستفاده می کنند تا جایی که برای تفریح یک مهاراجه منزل اووه را تبدیل به جنگل و سیرک می کنند. این نمایش ۷۰ دقیقه زمان دارد و سامان توحیدی، شایان خدای، محمدجواد ذوالقدر، آتوسا راستی، سید بهرام سروری نژاد، سیدهورداد سروری نژاد، محمدرضا قلمبر، کامیار محبی، علی فروتن و... در آن نقش آفرینی می کنند.

## سینما

### بی نامی

بی نامی فیلم اجتماعی - خانوادگی است به کارگردانی علیرضا صمدی که بر اساس فیلمنامه ای از علیرضا صمدی و فرهاد مهندس پور ساخته شده است.



این فیلم روایتگر داستان زن و شوهری است که سال ها پیش دانشجوی تئاتر بودند و با هم ازدواج می کنند و در یک کافی شاپ مشغول به کار می شوند، اما چند روز مانده به تولد چهل سالگی مرد، بر حسب اتفاق یکی از همکاران آنها گم می شود.

قهرمان قصه به بهانه یافتن او به دنبال خود نیز در گذشته می گردد و سعی می کند از یک بحران خارج شود. در این فیلم بازیگرانی مثل باران کوثری، حسن معجونی، پوریا رحیمی سام، هوشنگ قوانلو، شهرزاد افکار، مهتاب ثروتی، علی باقری، رضا افشار، محمود نظرعلیان و... نقش آفرینی می کنند.



مامان از دیروز سرحال‌تر بود حتی کمی گونه‌هایش رنگ گرفته بود. این دفعه با کمک من از جایش بلند شد و سه دوره اول را به من تکیه کرد بعد از دور چهارم احساس کردم فشار دستش روی شانه ام کمتر شده و دور ششم بود که مامان بالاخره لرزان لرزان در حالی که فقط دستم را گرفته بود قدم از قدم برداشت. آنقدر تقلا کرده بود که خیس عرق شده بود ولی بیشتر از همه از گشنگی شکایت داشت. مامان بزرگ غذا را کشید تا مامان خستگی در کند من و بابا سفره را سریع چیدیم ولی با همه عجله ما باز هم خواب زودتر از ما رسید و مامان غذا نخورده همانجا روی کاناپه خوابش برد.

بابا رفته بود برای قرار کاری و مامان بزرگ هم در حیاط به گلها آب می‌داد. من تازه ظرفها را شسته بودم و به سالن آمده ام که دیدم مامان چشمهایش را باز کرده است سرش را به سمتم چرخاند و با اشاره دست از من خواست که کنارش بنشینم. گفت: تا حالا شده که سرنوشت چیزی را برایت رقم بزند که از آن راضی نباشی؟

کمی فکر کردم و گفتم: آره. گفت: به نظرت در این مواقع آدم چه کار می‌تواند بکند؟ باز هم فکر کردم و گفتم: باید سرنوشت را بپذیرد؟

لبخند تلخی زد و گفت: بله باید سرنوشت را پذیرفت. میشود مبارزه هم کرد. دستم را گرفت و گفت: دخترم سرنوشت این طور خواسته است که من و تو از هم جدا باشیم باید بهش نشون بدیم که همچنین چیزی امکان ندارد.

خم شد و پیشانی ام را بوسید و گفت: از این به بعد هر وقت از هم دور بودیم و دلت تنگ شد دستت را بگذار روی پیشانی ات اون موقع من هم به فکر تو می‌افتم و تو را پیش خودم حس می‌کنم. کمی گیج شده بودم دستم را گذاشتم روی پیشانی ام. مامان هم لبخندی زد و دستش را گذاشت روی پیشانی اش.

بابا که تازه از سر کار برگشته بود با دیدن من و مامان ترسید و گفت: چی شده؟

من و مامان نگاهی به هم انداختیم و زدیم زیر خنده. بابا نفس راحتی کشید و به مامان بزرگ که با تعجب ما را نگاه می‌کرد علامت داد که چیزی نیست.

شب که از خانه مامان بزرگ برگشتیم حس و حال خوبی داشتیم. بابا دستم را گرفت و گفت: ممنونم صوفیا.

نگاهش کردم و گفتم: برای چی؟

گفت: برای همه چیز.

کار می‌کنند. همه شان دغدغه نوشتن دارند و همین کافیس‌ت برای این که نام کارگاهشان را عوض کنند و بگذارند: داستان‌های از شنبه تاج‌چهارشنبه.

رودابه کمالی



درهای اتوبوس بسته نشده بود که یک دفعه کفش سرمه‌ای لای در اتوبوس گیر افتاد. راننده در را باز کرد و داد زد: پسر جان چه کار می‌کنی؟

کسرا نفس نفس زنان گفت: آقا اگر جا می‌مانم تا یک ساعت دیگر باید صبر می‌کردم. کسرا آمد کنار خط مرزی ایستاد و با دیدن من که نشسته بودم گفت: نمی‌دانم چرا یک دفعه از سرویس جا ماندم و پوزخند مسخره‌ای زد.

تا اتوبوس پر نشد از جایم بلند نشدم. بالاخره یک خانم پیر سوار شد و من از خدا خواسته از جایم بلند شدم و کنار خط مرزی ایستادم. کسرا آرام دست زد و گفت: آفرین کار شایسته‌ای بود و باز پوزخند زد. سرفه‌ای کردم و گفتم: دیروز مامانم با کمک من بعد از مدت‌ها راه رفت.

پوزخندش تبدیل به لبخند شد: چه خوب. -روحیه اش خیلی خرابه انگار فقط دارد این روزها را می‌گذراند که بهمیرد.

و اشک به چشم‌هایم هجوم آورد. یک دفعه دیدم دست کرد و دو بسته شیرقهوه درآورد و یکی از آنها را به من داد و گفت: غصه نخور بیا شیرقهوه بخور.

خندیدم و گفتم: مطمئنی بدون نیت قبلی از سرویس جا موندی؟

مامان بزرگ رفت تا اسفند دود کند. بابا لبخندی زد و دستش را روی سر من گذاشت دست دیگرش را روی شانه مامان گذاشت. بعد از مدتها سه تایی در کنار هم بودیم در حالیکه هر سه لبخند می‌زدیم و مامان بزرگ اسفند را دور سر همه طواف داد و صلوات فرستاد. خندان به مامان نگاه کردم. لبخندی زد و دستم را فشار داد.

تا غروب با مامان راه رفتیم و بابا مامان بزرگ هم تشویق می‌کردن. از اتاق تا حیاط و دوباره از حیاط تا اتاق.

مامان زود خسته شد و به تخت خواب رفت و خوابید. وقتی به لبخند مامان هنگام خواب نگاه کردم فکری در ذهنم درخشید: اولین خاطره قشنگ را ساختم و با یادآوری کفش‌های سرمه‌ای گونه ام گل افتاد.

روز بعد در مدرسه تمام مدت انتظار میکشیدم زودتر زنگ تمام شود و به دیدن مامان بروم. دلم میخواست امروز مامان بدون کمک من راه برود. آنقدر فکرم درگیر مامان بود که اصلا یاد مریم و ماجرای دیروز نیفتادم و ایما اشاره بچه‌ها را که صحنه دیروز را و افتادنم را توصیف می‌کردند، نمی‌فهمیدم و وقتی هم فهمیدم اهمیتی ندادم. زنگ آخر که خورد معطل کردم تا سرویس برود و بعد سبکبال با خیال مامان سوار اتوبوس شدم. هنوز

# صوفیا

• نویسنده: گیسو سرلک

قسمت نهم

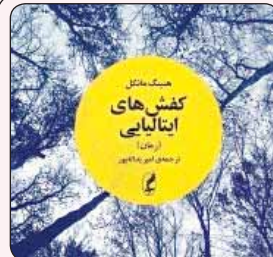
دستش را گرفتم و التماس کنم گفتم: نه مامان منظورم این نبود... کمی که گذشت مامان آرام گرفت، از کنارش بلند شدم و سختگیرانه دستم را به کمرم زدم و گفتم: مامان اینطوری نمی‌شه کی گفته تو نمی‌تونی؟ بگو خودم برم دمار از روزگارش در بیارم. بیا دستت رو بگذار روی شونه‌ام و بلند شو. مامان با شک و تردید گفت: صوفیا من نمی‌توانم.

تقریباً داد کشیدم: فقط بگو می‌توانم. و دستش را گذاشتم روی شانه‌ام. پاهای لرزانش را آرام روی زمین گذاشت. از بس لاغر شده بود با یک حرکت بلندش کردم. تا دم در به من تکیه داد و لرزان قدم برداشت. در را که باز کردم بابا و مامان بزرگ که از داد من نگران شده بودند با دیدن مامان در حال راه رفتن گل از گلشان شکفت.

کتاب

کفش‌های ایتالیایی

پیشنهاد این هفته ما برای کتابخوانی شما، «کفش‌های ایتالیایی» هنینگ مانکل است که نشر آگه با ترجمه امیر یدالله‌پور منتشر کرده است. هنینگ مانکل نویسنده سوئدی است که به دلیل نوشتن رمان‌های



پلیسی با محوریت شخصیتی به نام کارگاه کورت والاندِر معروف است، اما «کفش‌های ایتالیایی» رمانی پلیسی نیست. شخصیت اصلی «کفش‌های ایتالیایی» جست‌وجوگر است. او از ابتدای رمان به دنبال شخصیتی است که در فصل آخر او را پیدا می‌کند. پیرمرد در جزیره اجدادی خود تنها زندگی می‌کند، تا اینکه یکی از دوستان به دیدنش می‌آید و درخواست می‌کند تا برکه‌ای را که در دوره جوانی قولش را داده به او نشان دهد. به همین دلیل مجبور می‌شود جزیره را ترک کند و در این سفر با گذشته‌اش مواجه می‌شود. «کفش‌های ایتالیایی» در ۳۸۴ صفحه منتشر شده و به قیمت ۴۰ هزار تومان به فروش می‌رسد.

موزه

موزه ارامنه ایران

موزه اسقف اعظم آرداک مانوکیان در سال ۲۰۰۸ میلادی به نام اسقف اعظم آرداک مانوکیان نام گذاری شد و به نام موزه مردم شناسی ارامنه نیز شهرت دارد. این موزه در خیابان جمهوری، خیابان میرزا



کوچک خان، شماره ۱۵، کلیسای مریم مقدس، ضلع شمال شرقی حیاط کلیسا قرار دارد. در موزه ارامنه ایران لوازم و وسایل مربوط به برگزاری مراسم‌های مذهبی، تصاویر و اطلاعات کلیساها و دیرهای ارامنه کشور، لباس سنتی زنان ارامنه در دوره‌های مختلف تاریخی، تندیس‌های اهدایی بانو لیلیت تریان مجسمه‌ساز برجسته و سایر آثار هنرمندان ارامنه نگهداری می‌شوند. یکی از بخش‌های مهم این موزه نمایش کتاب‌های دست‌نویس انجیل است که بیش از ۴۵۰ سال قدمت دارند. در بخشی دیگر ناقوس‌هایی که از مناطق گوناگون گردآوری شده‌اند، به نمایش گذاشته شده است.

گشت و گذار

جزیره هنگام

جزیره هنگام یکی از نقاط دیدنی استان هرمزگان است.

این جزیره با آبادی‌های کوچک با وسعت حدود ۵۰ کیلومتر مربع در جنوب



جزیره قشم واقع شده و دارای معادن نمک و خاک و سرب است.

جزیره به شکل مخروط ناقصی است که در کرانه‌های جنوبی جزیره قشم واقع شده و فاصله آن تا بندرعباس حدود ۴۳ مایل دریایی و تا شهر قشم حدود ۲۹ مایل دریایی است.

این جزیره ارتفاعات پست آهکی دارد و بلندترین نقطه آن کوه ناکس با ۱۰۶ متر ارتفاع است.



## پیشنهادهای شیرآشپزی

### خوراک سیب و عدس

● مواد لازم:

عدس	یک پیمانه
پوره سیب بدون پوست	یک سوم پیمانه
گردوی خرد شده	یک پیمانه
سیر له شده	۳ حبه
پیاز خرد شده	یک و نیم پیمانه
کرفس خرد شده	یک پیمانه
هویج رنده شده	یک پیمانه
کشمش	یک سوم پیمانه
آرد جو	نصف پیمانه
پودر سوخاری	سه چهارم پیمانه
آویشن	سه چهارم قاشق چایخوری
نمک و فلفل	به مقدار لازم
کچاپ	یک چهارم پیمانه
سرکه بالزامیک	دو قاشق غذاخوری

● طرز تهیه:

دمای فر را روی ۱۶۰ درجه سانتیگراد تنظیم کنید. عدس ها را بشوید و با نمک و آب بپزید تا کاملاً له شوند. سپس آنها را میکس کنید. گردوها را حدود ۱۰-۸ دقیقه در فر قرار دهید تا طلایی شوند. سیر و پیاز را خرد کرده و با نمک در روغن تفت دهید. سپس کرفس خرد شده و سیب و هویج رنده شده و عدس له شده را اضافه کنید. ۵ دقیقه یا بیشتر تفت بدهید و بعد از روی حرارت



بردارید. در یک کاسه بزرگ این مواد را با آرد جو، پودر سوخاری، آویشن، کشمش و گردو مخلوط کرده و نمک و فلفل اضافه کنید. ظرف مخصوص فر را چرب کنید و روی آن کاغذ روغنی بیندازید. مخلوط را در این ظرف ریخته

## دنیای شیرین

### لگیمات

لگیمات یک نوع شیرینی سنتی ایرانی است که در شهرهای جنوب کشور به خصوص بوشهر بسیار طرفدار دارد.

● مواد لازم:

مایه خمیر	۱ قاشق چای خوری
نشاسته	۲ قاشق غذاخوری
روغن مایع	۱ پیمانه
تخم مرغ	۱ عدد
شیره خرما	۱ پیمانه
آب	۲ پیمانه
آرد گندم	۲ پیمانه



● طرز تهیه:

ابتدا پودر مایه خمیر را با آرد گندم مخلوط کرده و سپس آب را کم کم اضافه کنید تا خمیر شود. بعد خمیر را در ظرف در بسته ای ریخته و در جای نسبتاً گرم به مدت ۲-۳ ساعت نگهداری کنید تا خمیر برسد. پس از تخمیر خمیر یک عدد تخم مرغ را خوب هم زده و همراه با نشاسته به خمیر اضافه کنید تا خمیر نسبتاً نرمی بدست آید. خمیر را در قیف بامیه یا قاشق ریخته و بصورت توپی در روغن داغ انداخته و بپزید تا طلایی شوند. سپس آنها را با کفگیر برداشته و در شیره خرما که قبلاً کمی روی حرارت ملایم گرم کرده اید بیندازید تا شیره خرما را جذب کند و بعد در آب کش بریزید تا شیره اضافی جدا شود.

## پیشنهادهای شیرآشپزی

### سوپ ونیزی

● مواد لازم:

گوچه فرنگی	۳ عدد
قارچ	۱۰ عدد
فلفل دلمه ای	یک عدد
پیاز	یک عدد
رب گوچه فرنگی	۲ قاشق غذاخوری
برگ ریحان	۵۰ گرم
فلفل سیاه و نمک	به مقدار لازم
پودر جودوسر	۲ تا ۳ قاشق



● طرز تهیه:

پوست گوچه فرنگی را جدا کرده و به همراه فلفل سبز و پیاز و قارچ ورقه شده در مقدار کمی آب بریزید و روی حرارت قرار دهید. پس از گذشت ۱۵ دقیقه که مواد پختند، قابلمه را از روی شعله بردارید. پس از اندکی سرد شدن، ترکیب گوچه فرنگی، فلفل سبز و پیاز را در میکسر بریزید و خوب هم بزنید. سپس مواد را به قابلمه برگردانید و فلفل سیاه و نمک را اضافه کنید. پودر جودوسر را در کمی آب سرد حل کنید و به سوپ بیفزایید. ۲ قاشق غذاخوری رب گوچه فرنگی و ریحان ساطوری شده را به مواد بیفزایید. پس از گذشت ۱۰ دقیقه و پختن از روی شعله بردارید.

## خانه داری

### ۱۵ نکته برای نگهداری مواد غذایی

۷. اگر هر روز آشپزی می کنید، احتمال این که آخر هفته یخچالتان پر از مانده غذاهایی با مقادیر کم و زیاد باشد هست. قراردادن باقی مانده مواد غذایی در ظروف شیشه ای شفاف به شما کمک می کند که وجود آنها را فراموش نکنید و در طول هفته مصرفشان کنید. همچنین می توانید از مواد باقی مانده آشپزی تان غذای دیگری درست کنید.



۸. مازاد خوراکی های گیاهی را می توان با روغن زیتون و سیر خرد شده ترکیب کرد، سپس آنها را در مکعب های یخ قرارداد و به عنوان چاشنی و افزودنی در دیگر غذاها استفاده کرد. همچنین می توانید باقی مانده وعده های غذایی را نیز منجمد کنید. با این کار همیشه یک وعده غذایی سالم و خانگی در دسترس دارید. ۹. اگر می خواهید آووکادویی که خریده اید رسیده شود، به طور قطع نباید آن را در یخچال بگذارید. اما اگر آووکادوی شما رسیده است می توانید آن را در یخچال نگه دارید. ۱۰. سیر در یخچال جواهر می زند و ممکن است حالت چروکیده و کهنه پیدا کند. باید سیر را در محیط خشک و خنک نگه دارید. همین

۱. اگر در پاکت شیر را باز کرده اید و مقدار آن زیاد است یا می دانید تا چندین روز نمی توانید آن را مصرف کنید آن را در ظرف های کوچک بریزید و همه ظروف را در فریزر نگاه دارید. این بهترین شیوه برای نگه داشتن شیر به مدت طولانی است. البته دقت کنید که شیر یخ زده بعد از یخ زدایی دیگر شفاف و صاف نیست و حالت بریده بریده دارد. به همین خاطر اگر می خواهید شیر بخورید بهتر است آن را فریز نکنید. اما اگر تصمیم دارید از شیر در طبخ غذا استفاده کنید، می توانید از شیر یخ زده استفاده کنید.

۲. اگر دوست دارید سبزیجات ترد و خوشمزه بخورید، بهتر است آنها را در فریزر نگذارید. سبزیجات بعد از یخ زدایی نرم می شوند و دیگر ترد و خوشمزه نیستند.

۳. اگر می خواهید کیک را که در یخچال می گذارید خشک نشود یا تزیین روی آن به هم نخورد روی آن یک نان تست بگذارید و با خلال های دندان نان را روی کیک ثابت کنید.

۴. عسل معمولاً فاسد نمی شود ولی برای بهتر نگه داشتن آن باید در ظرف عسل را کاملاً محکم ببندید و خارج از یخچال در هوای معمولی قرار دهید. اگر در آن محکم ببندید برای همیشه خوب باقی می ماند. نگه داشتن عسل در یخچال سبب می شود عسل شکرک بزند.

۵. برای نگه داشتن خامه بهتر است ظرف آن را برعکس در یخچال قرار بدهید تا جریان هوا در آن کمتر شود و باکتری توانایی تکثیر در آن فضا نداشته باشد.

۶. اگر میوه ها و سبزیجات برای مدت طولانی در یخچالتان مانده اند و نمی دانید با آنها چه کنید بهترین کار تهیه مربا و ترشی یا خشک کردن این مواد است. برای مثال کنسرو کردن سیب های رسیده و تبدیل آنها به سس سیب درست کردن ترشی با هویج تازه، یک محصول خوشمزه و بادوام را به وجود می آورد که حتی کودکان نیز از آن لذت می برند.



## صبحانه را فراموش نکنید



۳۴ درصد این افراد هیچ وقت صبحانه نمی‌خورند در حالی که ۲۷ درصد به طور منظم صبحانه مفصل می‌خورند. محققان مشاهده کردند حدود ۷۵ درصد افرادی که هیچ وقت صبحانه نمی‌خورند دچار تشکیل پلاک در عروق شان شده بودند، در حالیکه ۵۷ درصد افرادی که صبحانه مفصل می‌خورند، دچار گرفتگی عروق شدند.

محققان دانشگاه تافتس بوستون در جدیدترین مطالعه خود به رابطه بین صبحانه و سلامت بهتر قلب پی بردند. این محققان عنوان می‌کنند افرادی که صبحانه می‌خورند، کمتر دچار تشکیل پلاک در عروق خونی شان می‌شوند.

پلاک‌ها رسوبات چربی، کلسیم و سایر مواد قابل تشکیل در عروق هستند که منجر به سخت شدن و تنگ شدن عروق خونی می‌شوند. به این حالت «آترواسکلروز» یا تصلب شریان گفته می‌شود. تصلب شریان می‌تواند منجر به حمله قلبی، سکته و سایر مشکلات شود. البته تنها نخوردن صبحانه علت اصلی تشکیل پلاک در عروق خونی نیست، بلکه دلایل متعددی می‌تواند در بروز تصلب شریان نقش داشته باشد. اما در بسیاری از افراد، حذف وعده صبحانه بخشی از مجموعه عادات بد است. به عنوان مثال این افراد تمایل به خوردن بیشتر در وعده‌های بعدی دارند.

حذف وعده صبحانه ممکن است دارای تاثیرات منفی بر هورمون‌های تنظیم کننده اشتها، قندخون و انسولین باشد. مطالعات قبلی نشان داده‌اند افراد عاشق خوردن صبحانه، کمتر چاق بوده یا مبتلا به دیابت یا بیماری قلبی هستند. این مطالعه شامل بیش از ۴۰۰۰ فرد بزرگسال بود.

## ویتامین‌های ضروری برای ناخن

**ویتامین آ:** برای سلامت دندان‌ها، قشر مخاطی و پوست ضروری است. کمبود این ویتامین که به علت ایجاد مشکلاتی در جذب پروتئین است، رشد ناخن‌ها را نیز کند می‌کند، ممکن است سبب خشکی و شکنندگی ناخن‌ها یا بروز ناخنک شود. **کلسیم:** زمانی که یک مکمل کلسیم را انتخاب می‌کنید، حتماً مکملی را که حاوی منیزیم و ماده معدنی بورون است استفاده کنید. اگر ناخن‌های سست، شکننده و خشکی دارید، اضافه کردن مقدار بیشتری کلسیم می‌تواند در رشد ناخن‌ها موثر باشد. رژیم غذایی مناسب برای افزودن کلسیم، استفاده از محصولات لبنی است که دارای میزان بالای کلسیم هستند.

**ویتامین ث:** این ویتامین برای افزایش سلامت عمومی و استحکام بخشی به ناخن‌های سست و بدشکل هم موثر است. کمبود ویتامین ث ممکن است باعث نازک شدن و شکنندگی ناخن‌ها و منجر به ناخنک شود.

**روی (زینک):** زینک به ترمیم بافت‌ها، التیام زخم‌ها و تولید هورمون‌ها کمک می‌کند. همچنین می‌توانید با مصرف لوبیا قرمز، مرغ، برنج و پنیر زینک بیشتری را در رژیم غذایی خود بگنجانید.

**ویتامین ای:** این ویتامین نه تنها خواص آنتی اکسیدانی بالایی دارد بلکه به دلیل کمک به بهبود گردش خون در تقویت و رشد ناخن‌ها موثر است.



**ویتامین ب:** کمبود این ویتامین سبب نازک شدن و شکستگی ناخن‌ها می‌شود و کمبود اسید فولیک نیز که از گروه ویتامین‌های ب است می‌تواند سلامت ناخن‌ها را تهدید کند.

**بیوتین:** بیوتین نیز در واقع از خانواده ویتامین‌های ب و یک ویتامین محلول در آب است یعنی نمی‌توانید آن را در بدن ذخیره کنید. این ویتامین کراتین تولید می‌کند که برای رشد ناخن‌ها لازم است.

## این خوراکی‌ها را با خیال راحت بخورید



**کرفس:** ساقه‌های بلند و سبزرنگ کرفس دارای فیبرهای نامحلول است که در بدن هضم نمی‌شود و به همین دلیل، کالری تولید نمی‌کند. علاوه بر این، کرفس مقدار زیادی آب دارد و به همین دلیل طبیعتاً کالری کمتری دارد. در یک فنجان یا ۱۱۰ گرم کرفس خرد شده، فقط ۱۸ کالری انرژی وجود دارد.

**خیار:** از آنجایی که بیشتر خیار از آب تشکیل شده، کالری بسیار کمی دارد. یک فنجان خیار یا ۵۳ گرم از آن، فقط ۸ کالری دارد.

**شلغم:** شلغم سفید بسیار مغذی و مفید است و هر فنجان یا ۱۳۰ گرم از آن، ۳۷ کالری دارد.

اگر اضافه وزن دارید یا وزن‌تان متناسب است اما می‌خواهید آن را ثابت نگه دارید، بهتر است غذاهایی را که کالری آنها نزدیک به صفر است بیشتر در برنامه روزانه خود جای دهید. در اینجا چند نمونه از غذاهای بسیار کم کالری یا بدون کالری را به شما معرفی می‌کنیم.

**سیب:** یک فنجان سیب خرد شده معادل ۱۲۵ گرم، در حدود ۵۷ کالری و تقریباً ۳ گرم فیبر غذایی دارد. از آنجایی که بدن شما برای گوارش سیب به انرژی نیاز دارد، کالری میانگین فراهم شده توسط این میوه، بسیار کمتر از آن مقداری است که گزارش می‌شود.

**چغندر:** یک فنجان چغندر یعنی ۱۳۶ گرم، فقط ۵۹ کالری دارد و ۱۳ درصد از نیاز روزانه به پتاسیم را فراهم می‌کند.

**بروکلی:** کلم بروکلی یکی از مغذی‌ترین و غنی‌ترین سبزیجات از نظر انواع مواد غذایی و معدنی مورد نیاز است. یک فنجان بروکلی، فقط ۳۱ کالری دارد و بیش از ۱۰۰ درصد از نیاز روزانه بدن به ویتامین C را تأمین می‌کند.

**هویج:** یک فنجان یا ۱۲۸ گرم هویج، فقط ۵۳ کالری دارد و بیش از ۴۰۰ درصد از نیاز روزانه به ویتامین A را تأمین می‌کند.

**گل کلم:** گل کلم در سال‌های اخیر به عنوان جایگزینی برای سبزیجات با کربوهیدرات بالا یا غلاتی مثل برنج، مورد توجه قرار گرفته است. یک فنجان یا ۱۰۰ گرم گل کلم ۲۵ کالری و فقط ۵ گرم کربوهیدرات دارد.

## میگرن و کیفیت زندگی

• دکتر محمد شعبانی



سردرد شایع‌ترین نشانه عصبی و یکی از شایع‌ترین شکایات طبیب است. سردرد میگرنی یک اختلال حمله‌ای مشخص با سردردهای یکطرفه، توأم با یا بدون آشفتگی‌های بصری یا معدودی - روده‌ای مانند تهوع، استفراغ، و نورهراسی (photophobia) است. احتمالاً علت این سردردها فشار داخل جمجمه‌ای جریان خون (photophobia) است. در واقع میگرن به عنوان شکلی از اختلال پردازش حسی با انشعابات گسترده در داخل سیستم عصبی مرکزی (central nervous system) در نظر گرفته شده است. در حال حاضر اجماع بر این است که هر دو اجزای عصبی و عروقی در میگرن به احتمال زیاد مرتبط هستند. ساختارهای عصبی درگیر شامل قشر مغز و ساقه مغز هستند. میگرن به دو دسته کلی تقسیم شده است: میگرن بدون اورا (migraine without aura) و میگرن همراه با اورا. میگرن بدون اورا شایع‌ترین سردرد عروقی میگرن است که در بیش از ۸۰ درصد بیماران میگرنی رخ می‌دهد. میگرن کلاسیک (با اورا) نوع غیر شایع سردرد میگرنی است که علت ۱۵ تا ۲۰ درصد میگرن‌ها است. تفاوت میگرن کلاسیک با نوع شایع، همراه بودن با اورا است، به طوری که قبل از بروز سردرد، فرد دچار یک سری اختلالات عصبی مانند مشاهده نقاط نورانی و مور مور شدن بدن می‌شود. میگرن با خستگی فیزیکی، استرس‌های عاطفی، افسردگی و سایر فاکتورهای سایکولوژیک ارتباط دارد. سردرد میگرنی می‌تواند در نحوه انجام کار و زندگی فردی و اجتماعی افراد تاثیرگذار باشد و در طولانی مدت در کیفیت زندگی منفی به جا می‌گذارد. تحقیقات جدید انجام شده نشان می‌دهند که میگرن خطر ابتلا به بیماریهای قلبی، انسداد و فشار خون را در افراد افزایش می‌دهند. محققان اعلام کرده‌اند که بیماری میگرن در افراد استرس و فشار زیادی ایجاد می‌کند و همین امر بر روی ضربان قلب و فشار خون تاثیر مستقیم دارد. همچنین مشکلات روانشناختی در بین بیماران با سردردهای مزمن بسیار شایع است. درصد زیادی از بیماران با سردردهای میگرنی، افسردگی و اختلالات اضطرابی دارند.

یکی از الگوهای شایع در سردردهای میگرنی، وجود افکار مزاحم مکرر به صورت نشخوار فکری می‌باشد، عبدللهی در تحقیقی نشان داد بین نشخوار فکری و میگرن رابطه وجود دارد. نشخوار فکری بیانگر افکاری است که تمایل به تکرار داشته، آگاهانه بوده و پیرامون یک موضوع متمرکز هستند و حتی در صورت غیبت محرک‌های محیطی فوری و ضروری این افکار باز هم پدیدار می‌شوند. پایا جورجیو و ولز در مطالعه‌ای نشان دادند که نشخوار فکری، زنجیرهای طولانی از افکار تکراری، چرخان و خود متمرکز و پاسخی به افکار منفی اولیه است. نظریه شناختی نیز پیشنهاد می‌کند که تفسیر فاجعه‌آمیز در زمینه اهمیت افکار مزاحم باعث بروز و تداوم این افکار می‌گردد. جامعترین تحلیل شناختی پیشنهاد می‌کند که افکار مزاحم محرک راهاندازی انواع مشخصی از افکار اتوماتیک هستند. بر پایه این نظریه یک فکر مداخله‌گر در صورتی منجر به آشفتگی خلقی خواهد شد که سیستم‌های باورهای شخصی، افکار مزاحم را غیرقابل قبول ارزیابی کرده و در نتیجه افکار خودکار منفی را به راه اندازد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که پاسخ نشخواری فکری به تجربه مالال‌آور، دوره‌های خلق افسرده را طولانی‌تر و شدیدتر می‌کند. همچنین نشخوار، تفکر افراد را به طور منفی جهت‌دار کرده، این افراد نسبت به بقیه از توان حل مساله ضعیف‌تری برخوردارند.

همچنین مطالعات زیادی بر روی اثرات بیولوژیکی، محیطی، عوامل روانشناختی و اجتماعی بر حملات سردرد انجام گرفته. نتایج موید ارتباط بین عوامل روانشناختی و شخصیتی این بیماران با سردرد است. طبق نظر کاپلان و سادوک دو سوم بیماران میگرنی دارای ویژگی‌های شخصیتی و سواسی، کمالگرا و پرخاشگر هستند و ممکن است متعاقب استرس‌های هیجانی دچار سردرد شوند. ابوالقاسمی در مطالعه‌ای بین کمالگرایی ناسازگارانه با تشدید سردرد میگرنی رابطه وجود دارد. کمالگرایی، مجموعه‌ای از معیارهای بسیار بالا برای عملکرد است که با خود ارزیابی‌های منفی، انتقادات و سرزنش خود همراه است. جبه طلبی، نظم و وقت افراطی در فعالیتهای روزمره و حساسیت افراطی به روند امور زندگی از خصوصیات روانشناختی افراد کمالگرا است که این ویژگی در بیماران مبتلا به میگرن نیز دیده می‌شود.

ادامه دارد



باید دل به دریا بزنند و با آن ترس روبرو شوند.

داشتن روحیه بی پروا، منجر می شود که فرد تلاش خود را برای رسیدن به هدفش بکند و اگر به نتیجه مطلوبش نرسید، با آن کنار بیاید و دست از تلاش نکشد. به قول معروف باید در زندگی پوست کلفت و جسور بود و زندگی را مثل یک ماجرای شگفت انگیز دید.

#### (۵) فشارهای جامعه

در همه جوامع، چه جوامع پیشرفته و چه جهان سومی ها، اجباراتی وجود دارد که به صورت ناخودآگاه در ذهن افراد نقش می بندد. زیبا بودن، لاغر شدن، ثروت مندی، داشتن اندامی بدون نقص و... چیزهایی است که رسانه ها و جوامع به انسان القاء می کنند.

همین می شود که آدمی در طول زندگی اش دائم در حال دویدن است تا آنی شود که جامعه می پسندد. لازم نیست تحت تاثیر رسانه ها قرار بگیرد.

بیشتر این تصویرها توخالی هستند و هدفشان این است که بین شما و آن چیزی که هستید فاصله بیندازند و دائم به شما یادآور شوند که مورد دلخواه جامعه نیستید.

رمز رهایی و شادی در این است که خودمان را همان گونه که هستیم بپذیریم. نه آن گونه که جامعه می خواهد.

#### (۶) رقابت بر سر خوب بودن

یک بار کسی به من گفت: «خوب خودت باش». شاید این جمله در همان زمان برای من بی ارزش بود اما با گذشت زمان متوجه شدم این جمله می تواند سرلوحه زندگی ام شود.

همه ما آدمها در دنیای زندگی می کنیم که از خودمان انتظار داریم که در همه جوانب خوب و کامل باشیم. دائم در حال تشر زدن به خودمان هستیم که به اندازه کافی و در مقابل دیگری انسان خوب و کاملی نیستیم.

چه معیاری برای تعیین اندازه خوب بودن و شایستگی وجود دارد؟ کافی ست آدم از خودش به صورت منصفانه راضی باشد و در جهت اهدافش قدم بردارد.

#### (۷) گروه گیری شادی

همیشه موقع غمگینی به خودمان می گوئیم: «اگر فلان اتفاق افتد، خوشحال می شم». وقتی باور داشته باشیم که شادی ما در گرو رخداد ویژه ای است و دائم منتظر آن اتفاق ویژه باشیم، شادی را از خودمان می گیریم.

به قولی باید دم را غنیمت شمرد. از اتفاقات کوچک و ساده هم خوشحال شوید. دوستی می گفت: «مقصد مایه خوشحالی نیست. آن چه مهم است سفر و مسیر است».



## چگونه زندگی شادتری داشته باشیم؟

### • عطیه میرزا امیری

یک مثلی هست که می گوید: «سخت می گیرد جهان بر مردمان سخت کوش». که معنای دقیق این مثل این است که هرچه بیشتر سخت بگیری، زندگی و جهان هم بر تو سخت می گذرد.

پس باید روی اصل بی خیالی زندگی کرد. برای همه ما پیش آمده که چنان برخی از وقایع را جدی می گیریم که اضطراب و نگرانی مهمان همیشگی خانه دل مان می شود و اوضاع را بر خودمان تلخ می کنیم.

اگر ذهن مان را از دغدغه های روزمره رها کنیم فشار کمتری را تجربه می کنیم و همین امر باعث شاد شدن می شود. در ادامه به شما می گوئیم که برای شاد بودن باید به چه چیزهایی اهمیت نداد.

#### (۱) دیگران چه فکر می کنند

بزرگترین دغدغه ذهنی ما در زندگی این است که اگر فلان حرف را بزنیم، اگر فلان کار را بکنیم، اگر آن لباس را بپوشیم و... دیگران چه فکری در مورد ما می کنند. در واقع تمام اصول زندگی ما روی حرف

«مردم چی می گن؟» پیش می رود. مهم نیست مردم در مورد شما چه فکری می کنند، چون شما هرکاری انجام دهید کسی هست که آن را نپسندد و راضی نگه داشتن همه افراد کار غیرممکنی ست.

پس کاری که باید انجام دهید را انجام دهید. بدون استرس و دغدغه برای طرز فکر مردم در مورد خودتان. اگر به آنچه دیگران در مورد شما فکر می کنند اهمیت دهید، در واقع دارید برای دیگران زندگی می کنید نه برای خودتان و این گونه است که هیچ لذتی از زندگی خود نمی برید.

#### (۲) ترس از شکست

در یکی از حکمت های نهج البلاغه حضرت علی حدیثی دارند که مضمونش این است که اگر در زندگی شکستی خوردید که آن شکست منجر به تجربه دار شدن شما شد، در واقع شما چیزی را از دست نداده اید.

این کلام امام علی (ع) یک اصل بالارزش را به ما یاد می دهد و آن این است که برخورد ما با شکست هایمان بستگی به نوع نگرش مان دارد. اگر شکست خوردن را نشانه بی کفایتی و کامل نبودن خود بدانید، همیشه احساس بدبختی می کنید.

شکست را ابزاری برای یادگیری بدانید و به آن اجازه ندهید که مانع رسیدن شما به آرزوهایتان شود.

#### (۳) اشتباهات قبلی

هیچ انسانی وجود ندارد که در زندگی اش اشتباه نکرده باشد. زندگی بدون اشتباه امکان پذیر نیست. پس نباید سخت گرفت و باید این قاعده را پذیرفت که اشتباه کردن بخشی از طبیعت انسان و جهان است.

گاهی ما در مواجهه با اشتباهاتی که مرتکب شده ایم، خودمان را از فرصت های جدید و دوباره محروم می کنیم. باید یاد بگیریم که خودمان را به خاطر اشتباهات قبلی ببخشیم و دائم حالت سرزنش گری نسبت به خودمان نداشته باشیم.

#### (۴) ترس از طرد شدن

خیلی از ما آن قدر از پذیرفته نشدن، می ترسیم که حاضر نیستیم به دنیای جدیدی پا بگذاریم. چون معمولاً دل کنندن از دایره امنی که در آن هستیم، منجر به فروپاشی روحی و روانی مان می شود.

آدمها برای ریخته شدن ترس هایشان

### پایان نامه های روانشناسی

#### مادر شدن، ساختار مغزی را تغییر می دهد

محققان کانادایی می گویند مادر شدن ساختار مغزی زنان را تغییر می دهد تا ارتباط بین مادر و فرزند بعد از تولد راحت تر شود. آنها دریافتند ارتباط بین مادر و نوزاد از پیش از تولد شکل می گیرد و هر چه تغییرات ایجاد شده در سیستم عصبی مادر در زمان بارداری و زایمان زیاد باشد، ارتباط بیشتری بین مادر و نوزاد ایجاد خواهد شد. در این تحقیق، ۳۹ زن باردار ۲۲ تا ۳۹ ساله با ویژگی های قومی و نژادی مختلف شرکت داشتند که بسیاری از این زنان تحصیل کرده بودند. شرکت کنندگان طی سه ماهه سوم بارداری و سپس سه تا پنج ماه بعد از زایمان مورد آزمایش قرار گرفتند و طی آزمایش، فعالیت مغزی آنان اندازه گیری شد.

نتایج نشان داد که افزایش واکنش های مربوط به قشر مغزی مادران نسبت به چهره نوزادان از دوره قبل از تولد تا پس از تولد در ارتباط است. محققان دریافتند که تغییرات ایجاد شده در مغز مادران در ارتباط بین مادر و نوزاد تاثیر می گذارد و هر چه تغییرات بیشتر باشد، پیوند عاطفی بین مادر و نوزاد نیز بیشتر خواهد شد.

### توصیه های عاشقانه

#### عشق واقعی

در یک رابطه عاشقانه سالم، وابستگی و چسبندگی بیش از حد وجود ندارد. اوایل ازدواج شاید فکر کنید که حتی یک ثانیه هم نمی توانید از همسران دور بمانید اما رفته رفته این حالت تعدیل شده و عاطفه ای عمیق و آرام میان شما شکل می گیرد. در واقع عشق در روند تکاملی خود بعد از مدتی از اوج می افتد و به دوستی و دوستی به محبت تبدیل می شود. اما بعضی ها فکر می کنند عشق همیشه باید در اوج تب و تاب و هیجان باشد و چون از طرفشان دیگر این هیجان غلیظ را دریافت نمی کنند، سرخورده می شوند.



یادتان باشد، عشق اگرچه غلیان احساسات، هیجان ها و هورمون هاست اما اگر قرار باشد بدن و روان شما برای مدت طولانی در این فاز هیجانی بالا بماند بیمار می شوید! بنابراین اجازه دهید عشقتان مسیر خودش را طی کند و به مرور، کمی از هم فاصله بگیرید تا جایی برای نفس کشیدن هر یک از شما وجود داشته باشد. اما مراقب باشید که روابطتان به سردی نرود و عشق و علاقه تان با گذشت زمان درونی تر و محکم تر شود.







## با کودکی که مشکل املا نویسی دارد چه کنیم؟

### • عطیه میرزا امیری

برخی دانش آموزان با وجود توانایی های زیادی که دارند، در نوشتار خود به شدت ضعیف هستند. در این مطلب سعی شده نکات ضروری که معلم و والدین در طول املانویسی و دیکته گویی باید به آن توجه کنند را خاطر نشان کنیم. املانویسی این زمینه را برای دانش آموزان فراهم می کند تا مهارت های خود را در زمینه های زیر تقویت نمایند.

۱- با دقت گوش دادن ۲- داشتن تمرکز و توجه به گفتار گوینده (معلم) ۳- آمادگی لازم برای جمله نویسی و انشا.

### معیارهای ارزشیابی

روش های آموزش املا را به صورت زیر می توان مرحله بندی کرد:  
**گام اول:** انتخاب متن و نوشتن آن روی تخته سیاه و خواندن آن. در انتخاب متن املا به موارد زیر توجه شود:

- متن مورد نظر حاوی جمله باشد و از انتخاب کلمه به تنهایی خودداری شود  
- جملات متن از حروفی تشکیل شده باشند که قبلاً تدریس شده

- علاوه بر جملات موجود در کتاب های درسی، با استفاده از کلمات خواننده شده، جملات دیگری هم در نظر گرفته شوند.  
- در هر جلسه از کلماتی که در جلسات قبلی برای دانش آموزان مشکل بوده اند نیز استفاده شود تا بتوان درجه پیشرفت شاگردان را اندازه گیری کرد.

**گام دوم:** قرائت املا توسط معلم و نوشتن آن توسط دانش آموزان. معلم متن را با صدایی بلند و لحنی شمرده و حداکثر تا دو بار قرائت می کند تا دانش آموزان با یافت جمله و معنای آن آشنا شوند. متن املا را با سرعت مناسب تکرار می کند تا کاندیدوسان هم، اشکالات خود را برطرف نمایند.

**گام سوم:** تصحیح گروهی املاها و تهیه فهرست خطاهای املایی. این گام با مشارکت کامل دانش آموزان انجام می شود و معلم بدون اشاره به نام آنان، تک تک املاها را بررسی و مشکلات را استخراج می کند. به این ترتیب که معلم املای اولین دانش آموز را در دست می گیرد و به کمک دانش آموز کلمات یاد شده را رونویسی می کند. سپس املای دوم، سوم و... را در دست می گیرد و به کمک همان دانش آموز یا

قواعد نوشتن توسط دانش آموزان، نداشتن تمرین لازم و کافی برای نوشتن املا می تواند موجب ضعف و نارسایی فراگیر در کسب مهارت نوشتن شود.

### انواع اشکالات املانویسی

با توجه به انواع اشکالات موجود در دیکته دانش آموزان را پس از تجربه و تحلیل می توان به دو گروه طبقه بندی کرد. یک گروه از اشکالات به مشکلات آموزشی مربوط هستند و از طریق روش تدریس می توان آن را حل کرد و گروه دیگر را از طریق تمرین های خاصی که می توان به جای رونویسی های معمول در مدارس در نظر گرفت تا ضمن جلوگیری از هدر رفتن وقت و استعداد دانش آموزان، در برطرف کردن اشکالات دیکته بسیار موثر باشند.

### تمرینات پیشنهادی برای تقویت دیکته

- تصحیح دیکته توسط دانش آموزان.
- انجام ماز (تقویت دقت، هماهنگی چشم و دست، تقویت املا و خواندن و ریاضی)
- پیدا کردن تفاوت و تشابه تصاویر (دقت بینایی)
- تقویت ادراک نقش از زمینه (تقویت دقت و ادراک)
- دور کلمه صحیح خط بکشد (تقویت دقت و ادراک)
- تماشای توپ آویزان از سقف (تقویت دقت)
- بازی با دارت (دقت و هماهنگی چشم و دست)
- تقویت حرکات چشم: دو تصویر به آزمودنی نشان دهید. بعد تصویری دیگر را ارائه دهید. سپس تصاویر را بردارید تا کودک بیان کند چه دیده است (حافظه بینایی)
- بازی حلقه پر تاب (تقویت دقت و هماهنگی چشم و دست)
- رنگ آمیزی (هماهنگی چشم و دست - دقت)
- بازی های فکری (دقت، ادراک و حافظه)
- بسکتبال (دقت - هماهنگی چشم و دست)
- تمرینات سرکش گذاری، نقطه گذاری، تشدید گذاری، دندانده گذاری (تقویت دقت، املا و خواندن)
- استفاده از کارت های کلمات مشکل (دقت و حافظه)
- کامل کردن کلمات ناقص (دقت، حافظه و ادراک)
- پیدا کردن کلمه صحیح از بین چند کلمه غلط (دقت و ادراک)

دانش آموز دیگر، صورت صحیح غلط های املایی را روی تابلو ثبت می کند. البته هر جا که غلطها تکراری بودند جلوی اولین مورد آن یک علامت می زند. در پایان با شمردن غلطها، اشکالات املایی دانش آموزان را اولویت بندی می کند.

**گام چهارم:** تمرینات متنوع با توجه به اولویت بندی اشکالات املایی استخراج شده: در این گام معلم با توجه به مهم ترین و پرتعدادترین اشکالات املایی دانش آموزان با به کارگیری انواع تمرینات حرف نویسی و کلمه نویسی و همچنین تمرینات کلمه سازی و جمله سازی به تقویت توان نوشتاری دانش آموزان می پردازد.

### نشانه های ضعف دانش آموزان در درس دیکته

- ۱- به این علت که مفهوم کلمه را نمی فهمند یا قبلاً نفهمیده اند، آن را درست نمی نویسند.
- ۲- کلمات از جانب معلم درست تلفظ نمی شود.
- ۳- وجود نقص شنوایی در برخی از دانش آموزان در هنگام نوشتن املا و بی خبری معلم از وجود این نقص باعث می شود بعضی از کلمات را جا می اندازند یا از کلاس عقب می افتند.
- ۴- به علت کمبود فضای آموزشی و کمبود میز و نیمکت دانش آموزان در اثر خستگی و درست نشینیدن، کلمات را غلط می نویسند.
- ۵- متناسب نبودن متن دیکته از نظر کمیت و مقدار آن با سن و پایه تحصیلی باعث می شود دانش آموزان بعد از نوشتن مقداری از آن، خسته شوند و غلط نویسی آغاز گردد.
- ۶- بعضی اوقات دانش آموزان به علت مشکلات روانی هنگام نوشتن دیکته در افکار خود غوطه ور می شوند و از نوشتن باز می مانند.
- ۷- تند گفته شدن دیکته از سوی معلم باعث خستگی و کم شدن دقت در دانش آموزان می گردد.
- ۸- ضعف در مهارت های حرکتی (نارسا نویسی)، خطا در ادراک بصری حروف (حافظه دیداری)، فقر آموزش و عدم تسلط معلم به شیوه های آموزشی مطلوب در هنگام تعلیم نوشتن، نشناختن حروف و

### اشتباهات رایج

#### مراقبت از فرزند در مقابل مواد مخدر



آگاهی داشتن نوجوان ها و جوان ها از مواد مخدر برخلاف تصور خیلی از والدین، باعث ترغیب آنها به مصرف نمی شود بلکه بچه ها را واکسینه می کند. برای سالم ماندن فرزندان باید به او آگاهی کافی بدهید؛ هم درباره انواع مواد مخدر سنتی و صنعتی و هم درباره روش هایی که ممکن است یک فرد در دام مواد بیفتد. برای او توضیح دهید که گاهی گرفتار شدن به

سادگی به گفتن به پیشنهاد یک دوست اتفاق می افتد بنابراین باید از دوستان یا جمع هایی که رفتار پرخطر دارند اجتناب کند و همیشه و در همه حال توانایی نه گفتن داشته باشد. سعی کنید دوستان فرزندان را بشناسید، با خانواده آنها ملاقات کنید و از بچه ها دعوت کنید برنامه هایی مثل درس خواندن، کار گروهی مشترک و حتی فوتبال دیدن و... را در خانه شما انجام دهند.

سرگرمی های مفید و سالم را جایگزین دور همی های دوستانه فرزندان کنید و از کودکی او را به یک تفریح و سرگرمی ویژه مثل کارهای هنری، ورزش و... سرگرم کنید تا در نوجوانی احتمال افتادنش به دام اعتیاد کمتر باشد.

### بچه ها و پانته ها

#### اسباب بازی های قدیمی بهترند یا جدید؟



برخی والدین تصور می کنند اسباب بازی های گرانقیمت از مناسب ترین اسباب بازی ها برای کودکان هستند، اما سخت در اشتباهند. اسباب بازی مناسب کودکان باید موجب تقویت خلاقیت در آنها شود و در حال حاضر بسیاری از وسایل بازی الکترونیکی امروزی که تبلیغات زیادی نیز درباره آنها صورت می گیرد پشتوانه علمی برای استفاده کودکان ندارند. متخصصان

اطفال می گویند بهترین اسباب بازی برای کودکان، اسباب بازی های قدیمی و بازی هایی است که والدین در آنها با کودک همبازی شوند؛ مانند پازل ها و بازی های خلاقانه که باعث تخیل و خلاقیت در کودک می شوند. اما بهترین نوع اسباب بازی یک جعبه مقوایی است که به شکل های مختلف مانند خانه تبدیل می شود. محققان در این تحقیق دریافتند بهترین بازی برای کودکان بازی های به حالت معما است که منجر به کنجکاوی کودک می شود. از دیگر اسباب بازی های ایده آل برای کودکان، توپ ها، پازل ها، کتاب های رنگ آمیزی و بازی با کارت های آموزشی است. یادتان باشد کودکان نیاز به فرصت های اجتماعی و ارتباط با محیط زیست دارند که در واقع بازی های الکترونیکی مانع این تعامل می شوند.



## چهل سال

از ۱۵ آبان تا ۱۶ بهمن ۱۳۵۷ به دلیل اعتصاب روزنامه نگاران در همراهی با انقلاب، روزنامه اطلاعات منتشر نشد.

وقایع انقلاب اسلامی که در ستون زیر از نظرتان میگذرد از منابع معتبر خارج از روزنامه تهیه و ارائه شده است.

## اول دی

\* بنا به گزارش ساواک ساری، عده ای در حدود ۵۰ نفر دانش آموز کم سن و سال (۱۰ الی ۱۴ ساله) با پرتاب سنگ کلیه شیشه های سینما ایران واقع در خیابان پهلوی ساری را شکسته و با رسیدن پلیس متفرق گردیدند.

\* برابر گزارش ساواک از اصفهان، صبح روز اول دی ماه حدود ۱۵۰۰ نفر از پزشکان، اتنرها و دانشجویان دانشگاه اصفهان در بیمارستان ثریا و تعدادی از طبقات مختلف مردم نیز در مسجد حکیم اصفهان اجتماع و سپس به وسیله حاج سید حسین موسوی خادمی به پزشکان پیغام داده شد که در مسجد حکیم به اجتماع کنندگان بپیوندند.

\* ساعت ۱۵:۳۰ دو نفر موتور سوار در خیابان عبدالرزاق قصد پرتاب یک عدد بمب دست ساز به طرف آکیپ نظامی مستقر در محل را داشتند که در اثر انفجار بمب یک نفر از موتور سواران مذکور کشته و نفر دوم متواری شد.

\* حدود ده هزار نفر در قبرستان فین کاشان تجمع و شروع به تظاهرات علیه رژیم کردند. مردم با تیراندازی مأموران متفرق شدند.

\* بنا به گزارش ساواک ساعت ۲۰ انفجار شدیدی در ساختمان اداری شرکت بل واقع در خیابان اختیاریه جنوبی رخ داد که موجب انهدام ساختمان مزبور شد و همچنین در اثر شدت انفجار شیشه های ساختمان اطراف شکسته شد.

\* به گزارش فرمانداری شمیرانات ساعت ۱۹ کافه رستوران کوهسار واقع در دربند به آتش کشیده شد.

\* تلفنگرام: ساواک و شهربانی گزارش می نمایند: از ساعت ۱۰ الی ۱۱ در شهرهای تهران، مشهد، کاشان و اهر تظاهرات ضدملی با شرکت حداکثر (۴ هزار نفر در مشهد) انجام گرفت. در شهرهای اهر و کاشان با پرتاب گاز اشک آور و تیراندازی هوایی توسط مأموران مردم پراننده شدند.

\* به گزارش فرماندار نظامی تهران و حومه بین ساعت ۹ الی ۱۲ در کوه های درکه تعداد زیادی اعلامیه تحت عنوان: سرهنگ بازنشسته عزیزالله رحیم، مصاحبه ریچارد هلمز رئیس سابق سازمان سیا، شعری در مورد کد ۶۶ (شاه) تحت عنوان خواب خوش، اعلامیه ای از طرف دانش آموزان شمیرانات در مورد خودداری دانش آموزان از رفتن به سر کلاس، اعلامیه دست نویس مربوط به ایستگاه های رادیو بیگانه و شماره تلفن خمینی، اعلامیه در خصوص التیماتوم به خارجی ها در جهت خارج شدن از ایران، اعلامیه به ظاهر از سوی نیروهای مسلح سه گانه و شهربانی و ژاندارمری علیه رژیم، بیانیه ای از طرف دانشجویان در مورد تحصن یکصد تن از استادان دانشگاه، قطعنامه روز عاشورا کاریکاتور کد ۶۶ (شاه)، مقدار زیادی اعلامیه چریک های باصطلاح چریک های فدایی خلق در مسیر دره درکه توزیع شده است.

\* بنا به گزارش ساواک تهران: از صبح روز ۱/۱/۵۷ تعداد ده آکیپ که اکثر از دانشجویان مذهبی می باشند در مسیر کولک چال به جنگل کارا در حرکت و اغلب شعارهای مذهبی می دهند. نفرات هر آکیپ بین ۶۰ تا ۱۵۰ نفر می باشد که یک آکیپ در مسیر سنگ سیاه و دو آکیپ در مسیر جنگل کارا و یک آکیپ در کولک چال می باشند.

## قالب امروز



سامان سرای زنان کارتن خواب/عکس از: اصغر خمسه

## سرایه

ای آنکه طلب کار خدایی به خود آ  
از خود بطلب کز تو خدا نیست جدا  
اول به خود آ چون به خود آیی به خدا  
اقرار بیاری به خدایی خدا  
شاه نعمت الله ولی

## پند بزرگان

... وقتی به شعله شمع می مید و شمع  
را خاموش می کنی، آن شعله کجا می رود؟  
خواهید گفت نیست می شود، ولی چنین چیزی  
محال است. در دنیا یعنی در هستی، هیچ چیز  
«نیست» نخواهد شد!

موریس ترلینگ

## امروز در تاریخ

## یلدا یا «دی گان»

«یکم دیماه» از ۱۷۳۸ سال پیش از میلاد «دی گان»، یلدا = میلاد و «خور روز» نامیده شده است که به زعم ایرانیان باستان، روز تولد دوباره خورشید پس از بلندترین شب سال بوده است. سال ۱۷۳۸ قبل از میلاد را یک تقویم ویژه پارسیان هند (زرتشتیان ایرانی) به دست داده است. ایرانیان باستان که با نگرانی از طولانی بودن شب و ترس از بازنیامدن خورشید تا سپیده دم در کنار یکدیگر بیدار می نشستند و خود را سرگرم می کردند تا اندوه ظلمت را فراموش کنند، روز پس از آن شب (یکم دی ماه) را که «خور روز»، زاد روز خورشید و «دی گان» می خوانند به استراحت می پرداختند و تعطیل عمومی بود.

در این روز عمدتاً به این لحاظ از کار دست می کشیدند که نمی خواستند احیاناً مرگ بادی کردن بویژه دروغ گفتن شوند که ارتکاب هر کار بد، هر چند کوچک، در روز تولد خورشید گناهی بزرگ شمرده می شد.

## جلوس «تیر داه» یکم بر تخت پادشاهی

۲۲ دسامبر سال ۲۴۷ میلادی در «خور روز»، زادروز خورشید و روز نویدهای بزرگ، تیرداد یکم دومین شاه ایران از دودمان اشکانیان در شهر صدر و از «دامغان» بر تخت پادشاهی نشست و به مردمی که در این مراسم شرکت کرده بودند اطمینان داد که تاروژی که همه عوامل بیگانه (سلوکی ها - جانشینان اسکندر) را به دریای مرکزی (مدیترانه) نریند آرام نخواهد گرفت. پس از این مراسم، تیرداد در همان روز نیرو به هیرکانیا (گرگان) فرستاد تا فرماندار آنجا را که شنیده بود با سلوکی ها تماس گرفته تنبیه کند که این دستور اجرا شد.

## اوضاع در هم ایران

در اوج مراعات مشروطه خواهان و مخالفان حکومت پارلمانی و قهر و آشتی ناصر الملک با مجلس و لشکر کشی سالارالدوله پسر مظفرالدین شاه و مدعی سلطنت به کرمانشاه، روس ها رقیب استعماری سرسخت انگلیسی ها از خرابی اوضاع سوء استفاده کردند و از یکم دی ماه ۱۲۹۰ در بسیاری از شهرهای منطقه تحت نفوذ شان به قلع و قمع مخالفان خود و هواداران انگلستان دست زدند؛ در تبریز عده ای را به دار کشیدند و چند تن دیگر را به تئور افکندن به گونه ای که معاون والی ایالت و فرمانده پادگان تبریز از ترس جان به کنسولگری انگلستان پناهنده شدند. در مشهد و رشت هم روس ها زمام امور را خود به دست گرفتند. و...

www.iraniandhistoryonthistday.com

## سودوکو

۲۳۶۰

			۲				
			۱		۸		۶
			۷	۵			۳
۲	۶						۸
		۹			۲	۶	
۴		۵	۳				۹
					۴	۳	
۵	۸						۲
		۷	۱			۵	

۹	۳	۱	۵	۲	۷	۴	۸	۶
۴	۸	۶	۹	۳	۱	۵	۲	۷
۵	۲	۷	۴	۸	۶	۹	۳	۱
۱	۹	۳	۷	۶	۵	۲	۴	۸
۲	۵	۴	۱	۹	۸	۷	۶	۳
۷	۶	۸	۳	۴	۲	۱	۹	۵
۸	۱	۹	۲	۷	۳	۶	۵	۴
۳	۴	۵	۶	۱	۹	۸	۷	۲
۶	۷	۲	۸	۵	۴	۳	۱	۹

حل ۲۳۵۹

## جدول شرح در متن

۴۸۷۳

غلامحسین باغبان

دوم یا دومین	لاپراتوار	از غزوات	کفران
تاریخ	استاد	تاریخ	تاریخ
کلمه تعلیل	خانه	مکان	پراکندگی
نامی دخترانه	ورزش	تمرکز ذهن	شناس
رسانه پرحرف	مصلح کوچک	مستطیل	مرام
از پایه	از پایه	دانش	نوعی نی
دادگری	سلاح گوزن	بزرگویی	پنج ترکی
صدای تیراندازی	فرمان خودرو	تیز و برنده	تشویق کننده
گوشه بدون	استخوان		